

វិទ្យាសាស្ត្រ ក្រមា

Kroïma

TAKE FREE

Vol.02

2024 APR - JUL

クロマーマガジン ライフ&トラベル MAGAZINE Life & Travel

Siem Reap

今日、どこに行く？
夜のエンターテイメント特集

今までの歴史を背負いこれから新しく出発する
町、遺産、人々も。





現代に蘇りしクメールの栄光

シムリアップの街の中心部、ロイヤルレジデンス隣、
世界遺産アンコール遺跡群から、車で15分、
絶好の立地にあるモダンなラグジュアリーリゾートで美しき休日。

J7 ANGKOR HOTEL

T: 855 63 768 777 | F: 855 63 768 778
 info@j7hotel.com | www.j7hotel.com. | facebook/j7hotel.com
 Road 6(Next to Royal Residence), Siem Reap 17257, Cambodia



あなたの欲しいが揃っているリゾートホテル

プリンス・アンコールホテルは、シムリアップの目抜き通りに立地するリゾートホテルです。
 アンコール遺跡群への観光はもちろん、パストリートやオールドマーケットといった繁華街にも近く、
 街歩きも楽しみたいアクティブ派のあなたの旅の拠点にぴったりです。
 リーズナブルな価格ながら、大人の雰囲気と高級感溢れるリゾートで心行くまでこの街をご堪能下さい。

PRINCE ANGKOR HOTEL & SPA

T: 855 63 768 888 | F: 855 63 963 334
 Sivatha Bly, Mondul II, Sangkat Svay Dangkom, Siem Reap 93136
 info@princeangkor.com | www.princeangkor.com | facebook/princeangkor



ソマデヴィアンコールリゾート&スパ



世界遺産のある街シェムリアップの中心に位置する、気品と個性を備えたりゾートホテルです。
お客様の旅のニーズに応え、滞在する者の期待を上回るサービスをご提供いたします。
優雅で快適な部屋、美味しい食事、弊ホテルのおもてなしを、心ゆくまでご堪能ください。

HOTEL SOMADEVI ANGKOR Resort & Spa Sivatha Blvd, Mondol II, Svay Dangkum, Siem Reap
Tel: (+855) 063 967 666 E:info@somadeviangkor.com W:www.somadeviangkor.com



*Redefining the
Cultural Experience.*



パシフィック・ホテル・シェムリアップ

Tel : (855) 63 761 818 Fax : (855) 63 761 020
www.pacifichotel.com.kh reservations@pacifichotel.com.kh
Road No.6, Kasekam Village, Sronge Commune, Siem Reap



Siem Reap

Vol.02

2024 APR- JUL

CONTENTS



【今日の一枚】 レインボー鮭@カンボジア屋台
表紙および上写真: 西村清志郎

03	住めばカンボジア
04	今日、どこに行く?夜のエンターテイメント特集
06	恋する雑貨 Healing of Cambodia
07	Cambodia Note A Journey of Cambodian Art
08	オタクが覗いたカンボジア 何でも体験カンボジア
09	孤独のグルメ in シェムリアップ
10	カンボジアのゴハン
11	カンボジア 撮り鉄日誌
12	カンボジアお魚だより
13	JICAカンボジアリレー
14	医療コラム 領事事務所とは?

【無料定期配布先募集中】

企業、団体、飲食店様に無料定期配布を行っております。ご希望の際は、件名を「無料定期配送希望」として、配布先住所、御社名もしくは御団体名もしくは御店舗名、ご担当者様氏名、電話番号を明記の上、下記メールまでお申し込み下さい。

info@krorma.com

PDF版はこちら→



15	シェムリアップ観光情報
16	カンボジア全土マップ/お勧め都市情報
17-18	シェムリアップ地図
19-25	アンコール遺跡ガイド
26	カンボジア便利情報
27-30	電話帳 - Listing -

住めばカンボジア



上原 弥生

UEHARA YAYOI

出身：佐賀県 年齢：43歳

クルクメールボタニカル
ゼネラルマネージャー

クルクメール、工房、スパクメール、ザ・センス

☎ 012 521 896

✉ yayoi@spakhmer.com

趣味：海外旅行、カフェ巡り
座右の銘：人生は一度きり

▼カンボジアに初めてきたのはいつですか？

2014年11月です。

▼実際にはいつから住みだしましたか？

2014年11月。初めて来た時からです。

▼どうしてカンボジアで働くことになったのですか？

スパクメールの立ち上げのためです。トレーナーとして技術開発と人材教育に携わり、2015年にオープンに至りました。その後、スパとクルクメールというカンボジアのオーガニック・プロダクトを取り扱うお店の運営に携わるようになりました。

▼今の仕事はどういったお仕事ですか？

今は、クルクメールボタニカル社が運営する4店舗の管理を行っています。オールドマーケットのクルクメールはカンボジアのオーガニックハーブを使用したアロマ製品のお土産店です。それらの製品を製造する工房が市内にあります。スパクメールは、カンボジア伝統療法と共同開発したカンボジアハーブを使ったトリートメントを行う一軒家スパです。昨年オープンしたザ・センスは、セラピストが全員、視覚障がい者のマッサージ店です。

▼前はどうな仕事、何をしていましたか？

化粧品メーカーで営業、インストラクターの仕事をしていました。国内外のスパの立ち上げや運営、メニュー開発、セラピストの人材育成などを主に行っていました。

▼どうして今の仕事をやるようになったのですか？

いつか東南アジアにスパをオープンしたいという夢があり、その頃にスパクメールの募集を見つけました。クルクメールの代表との出会いがきっかけです。

▼今の仕事での楽しいことは何ですか？

カンボジアに来て10年。楽しいと思うことは毎年少しずつ変わります。緩やかに変化する社会や人々を見ることも楽しいですが、身近なスタッフの成長を感じる時が一番嬉しいです。貧困層や聴覚・視覚障がい者の雇用を積極的に進めているため、さまざまなバックグラウンドを持つ人達と一緒に働いています。

例えば、スパクメールの立ち上げ時、セラピストのほとんどは読み書きができない子や小学校ドロップアウトの子たちでした。彼らが時間をかけて成長し、お客様から高評価を受けるようになったときは感動します。

今は視覚障がい者と毎日を過ごしていますが、実際の能力やスキルは訓練を重ねると私たちと変わらないことが多く、知らないからこそ勝手に感じていた障がい者に対する差別的な偏見がなくなります。たくさんの方々が自分自身の視野を広げるきっかけにもなっています。

▼今の仕事での苦労話などあれば。

昔は苦労だと思っていたことも、数年経てば全部笑い話になっています。今は、スタッフがとても優秀でありがたいです。プライベートの子育ての苦労話ならいくらでも話れますが…

▼今後の展開は何ですか？

仕事は、全店舗コロナ前の売上に戻すことです。プライベートでは、2023年11月にカンボジアに戻ってきたばかりで、家事と子育てに追われてあつという間に時間が過ぎ去ってしまう毎日です。家族や友人たちとの時間を大切に過ごしていきたいです。



読み書きも難しい村の女性に技術を教えながら事業を立ち上げた。[スパクメール]



セラピストは、視覚障がい者。毎日が気づきの連続です。[ザ・センス]

クルクメールボタニカル
<https://krukhmer.com/>
krukhmer

スパクメール
https://spakhmer.com/spa_khmer/?hl=ja

ザ・センス- ブラインドマッサージ
<https://thesenses.asia/thesensescambodia>



アプサラシアター Apsara Theater

💰 \$31~34 🕒 19:30-21:00 📞 099-577-077
 📍 Wat Bo Road, St.26 🌐 apsaratheatre.asia

1997年にオープン、シェムリアップで一番古い劇場スタイルのダンスシアター。30人のアーティストによる演目が楽しめる。



カネル Kanell

💰 \$29++~36++ 🕒 19:00-21:30 📞 095-385-564
 📍 7 Makara Street 🌐 kanell-siemreap.com

西洋人旅行者からの評価も高いダンスディナーレストラン。音響、ライト、スモークなどの演出が素晴らしい。セットメニュー。



シェムリアップの夜、どこに行く？

今回はシェムリアップのナイトスポット、エンターテインメントを一挙ご紹介。世界無形文化遺産アプサラダンスショーとスパエクパフォーマンス、伝統格闘技ボッカタオ、そしてギネス世界記録認定を受けたファーサーカスなど、シェムリアップの夜の彩りを、写真とともに楽しみたい。



モラコットアンコール Morakot Angkor Restaurant

💰 \$19 🕒 18:00-21:00 📞 012-555-075
 📍 300m north of Rd 6, Dam Krolanh Rd 🌐 morakotangkor.com

モダンスタイルな団体向けアプサラダンスレストラン。様々なインターナショナルbuffetが楽しめる。ショーは19:00開始。



アマゾン Amazon

💰 \$17 🕒 18:00-21:00 📞 012-966-988
 📍 Krous Village, Svay Dangcum 🌐 amazon-angkor.com

リーズナブルな価格で楽しめる老舗アプサラダンスbuffetレストラン。40種類以上の料理が楽しめる。ショーは19:00開始。





ファーサーカス Phare Cambodia Circus

💰 \$18~38 🕒 20:00-21:00 ☎ 015-499-480
 🏠 Ring Road, South of Sok San Rd. 🌐 pharecircus.org

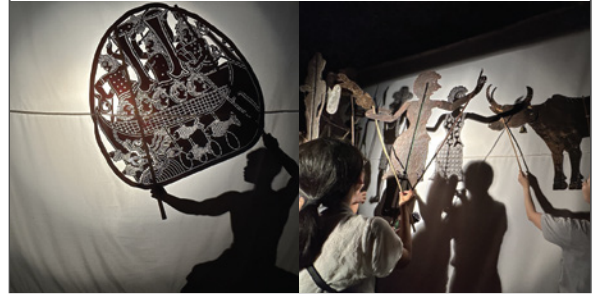
人々がアートで稼げるようにと始まったアーティスト養成学校 & 団体によるショー。土産店、ストリートフードエリアもある。



バンブーステージ Bamboo Stage

💰 \$15 🕒 19:00-20:30 ☎ 097-726-1110
 🏠 Bamboo Street, Wat Damnak 🌐 facebook.com/BambuStage

無形文化遺産にも登録されているスバエクショーが楽しめる店。ショーは火、水、金、日開催。食事はなく、ショーのみ。



夜のエンターテインメント特集



アフターコロナの夜のエンターテインメント事情、コロナ前と較べると、パブストリートやホテル内でのライブミュージックバンドが楽しめる店の再開はまだまだ少なく、本格回復とは言い難い状況です。とはいえ、少しずつですが活気は戻ってきてますので、時間があれば足を運んでみましょう。



バーコード Barcode

💰 ショーは無料 🕒 18:00-24:00 ☎ 011-596-480
 🏠 New Street. Near Pub St. 🌐 barcode-siemreap.com

レディボーイによるエンターテインメントショーが気軽に楽しめるキャバレーバー。入場料無料、ドリンク代のみ。月曜休み。



パブストリートとワットポーエリア

💰 通常、ショーは無料 🕒 主に19:00以降

外国人旅行者が多く集まるパブストリートのテンプルスクイラウンジやワットポーストリートエリアにあるランドリーバーなどの店舗では、生バンドの演奏が楽しめる。

今回紹介した施設以外でも、主な4~5星ホテル内や他のショーレストランでもアブラスダンスディナーショーは開催されています。また、パブストリートやホテル内バーでは在住アーティストによるライブバンドなどが定期的に開催されているので、ご興味ある方は、インターネットやフェイスブック“Siem Reap Live Music”等で検索してみてください。各種ツアー手配はこちらから。



クロマーツアーズ TEL:012-890-960

恋する雑貨

カンボジアの手仕事と作り手たちのお話

「カンボジアのお土産は何？」と聞かれたら一番にご案内するもの、それは**クロマー**。クロマーとはカンボジアの日常的に使う万能布。丁度よい大きさで用途は様々。首に巻いてスカーフにしたり、頭に巻いて帽子にしたり、肩に羽織ってショールにしたり、男性は腰に巻いて水浴びをする。荷物をくるむとカバン代わりにするし、子供のおくるみにもなる。自転車のハンドルに両端をくくりつけ、そこに



日中の強い日差しから守ってくれる

子供を座らせて補助椅子としても使う。

伝統的クロマーはチェック柄で、色とりどりのものが売られているので遺跡の観光の際

はぜひゲットしてほしい。汗をかいた時は優しく拭き、埃が舞っていたら顔を覆ってやり過ごし、日影がない時は頭からかぶって直射を避け、ハンカチを忘れたときには手をふくといい。

日本ではクーラーの効いたカフェなどで軽く羽織ってもいいし、家具の上に敷いて小物を並べてもかわいい。

とにかくマルチに使えるこの万能布は、カンボジアに点在する織物の村で、高床式の家の軒下で女性たちが一枚一枚織っている。あなたにぴったりのステキなクロマーとの出会いがきっとあるはず。



洒落た着こなしをする村人

中川裕聖子



ベリーベリー very berry -handmade in Cambodia

カンボジアの素晴らしい手仕事を多くの方々に知ってほしいと観光の街シェムリアップにオープン。静かな路地裏に位置しとてもおしゃれな店内は作り手の顔が見えるお土産を販売しています。

- ☎ 010-225-095
- 🕒 10:00~19:00
- ✉ veryberryworkscambodia@gmail.com
- 🌐 veryberrycambodia.com
- 📌 very berry -handmade in Cambodia

Healing of Cambodia

～ 入っていないと物足りない、ハーブの食文化～

カンボジア料理を語るうえで欠かせない食材、それが**香草・ハーブ**。香りや味が強いので、最初に食べると驚きますが、慣れてくるとスープやサラダの中に入っていないと、パンチがないというか、物足りなく感じるから不思議。

家の周りで育てているレモングラスやミント、バジル、パクチー、ノコギリコリアンダーをちょこっとちぎって入れる風景は、なんともほのぼのしていてカンボジアの素敵な日常的一幕となっている。

カンボジアにどまらず東南アジア全体の料理で使用されるハーブですが、

ほとんどのハーブに共通しているのが、「抗酸化」「殺菌」「抗菌」「消化促進」作用。

熱帯地域で食材が腐りやすい、暑すぎて食欲がわかないなどの気候状況に合わせて、これらハーブは風味付け以外にも合理的に働いてくれる食材。

さらにハーブは虫や鳥が嫌いな匂いや物質を分泌して食べられるのを防ぐ"忌避作用"もあり、育てるのも簡単。

ぜひ、あなたも様々なハーブを育てて、摘んで入れてみてはいかがでしょうか？

篠田ちひろ



様々なハーブが身近に棲息している



ハーブと野菜がたっぷり入ったまかないスープ

kru khmer

クルクメールポタニカル

2009年創業カンボジアのオーガニックハーブを使用したアロマ製品・ハーブ製品の専門店。シェムリアップに旗艦店&姉妹店スパクメール、カンボジア国内配送可のオンラインショップもあります。

- 🕒 10:00-21:00
- 🌐 <https://krukhmer.com/>
- 📌 krukhmer

博物館を活用して 遺跡観光をもっと楽しく

カンボジアの代名詞とも言えるアンコール・ワットをはじめとした数々の遺跡。実際にそれらを眼前とすると、その迫力と緻密さに感嘆の念を禁じ得ません。映像や言葉だけでは尽くしきれない「リアル」ならではの魅力がギュッと詰まっています。

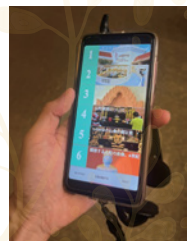
限られた旅行日数の中で遺跡を堪能するために、ぜひオススメしたいのが観光前のプチ予習です。ちょっとした背景知識があるだけで、解像度が格段にアップします！「カンボジアの歴史や遺跡のことが知りたいな」という方は、ぜひ博物館に足を運んでみてください。

シュムリアップにはいくつかの博物館がありますが、最も大きいのはアンコール国立博物館。テーマ別に8つの展示室が設けられていて、歴史や宗教、遺跡などについてひょうにわかりやすくまとめられています。膨大な数のコレクションと詳細に及ぶ

解説は一見の価値ありです。日本語の音声ガイドも利用できるの、英語が苦手な方でも安心ですね。





貴重な展示品の数々を間近で細部まで見れるのもポイント。改めて当時の職人たちの技術力と美意識の高さに感銘を受けます。ぜひ遺跡観光の前でも後でも、機会があれば足を運んでみてください！天候を気にせずに訪問できるので、スケジュールにも組み込みやすいです。

シュムリアップには他にも博物館やギャラリーがあります。ぜひ色々な切り口からカンボジアの姿に触れつつ、滞在を楽しんでください。カンボジアノート編集M



カンボジアノート Cambodia Note

シュムリアップの観光情報をまとめた日本語Webメディア。遺跡をはじめとした観光スポットや、カンボジア旅行のためのお役立ち情報、現地のおすすめのお店をタイムリーに紹介。

-  <https://cambodianote.com/>
-  @cambodianote
-  @CambodiaNote
-  info@cambodianote.com



NOUT DARO氏の作品と私
王立芸大を卒業、現在YSAの先生をしながらアート活動中。
世界を目指す可能性を十分持っている。

A Journey of Cambodian Art

カンボジアの若き才能の育成と、国際的なコラボレーションの大切さ

私が日本画家として1994年に初めてカンボジアを訪れて感じた世界観。それは偉大な芸術アンコールワットを始めとする遺跡群と大自然が共存し、まるで1000年もの間、時間が止まっているかのような臨場感、仏像やクメール拵から感じる芸術性の高さでした。

その後、王立芸大の客員教授に就任し、この国の芸術市場、そして芸術に興味を持ち、2012年に、芸術家を発掘するカンボジア初の美術コンテストを企画・開催し、産業の無いこの国の将来を芸術で発展させるアートプロジェクトを始めました。

その年、芸術に必要な基礎を教えるアートスクールを自ら開き、若きアーティストの育成に努め始めます。すでに何人かのアーティストが育ち、日本の名高い絵画展に公募し、入選を果たす人たちも出て来る中、この10年間で国内のアート産業も外国人を中心に盛んになって来ました。

しかし今感じる事はカンボジア人に世界の美術市場の仕組みをもっと知ってもらい、もっと芸術レベルを高めて欲しいと思っています。



カンボジア人の先生が講評をしている。

そのためには海外の美術評論家の意見を得る機会や、日本や海外の若く有望視されている作家とコラボする事で海外との違いを伝えることが大切です。私は基礎ができていない作品とできている作品を簡単に見抜く事ができます。これはとても重要な事です。絵は安ければ面白いだけで作品は動く。しかし1万ドル以上のお金は面白いだけでは動かない。ここにプロとそうでない作品の差が出ます。





しっかりと基礎を身につける事が、これからのカンボジア芸術を支えるもっとも重要な事とますます感じています。

山田 隆量



ヤマダ スクール オブ アート / シュムリアップ アンコール

「カンボジア人アーティストの展覧会」「子供絵画展覧会」を企画(年1回)
地方の学校で美術の授業を無償提供(年数回)。海外(特に日本の公募展)へ出品。
最近では日本カンボジア70周年記念事業として「世界に飛躍するカンボジア芸術」を
Rosewood Phnom Penh 35 階ギャラリーで4ヶ月開催。

-  8:00 ~ 17:00  081-399-926
-  angkortakakazu@gmail.com
-  [yamadaschoolofart](https://www.facebook.com/yamadaschoolofart)

オタクが司見たカンボジア

安住だいぢ@d_azumi_food
IKTT(ケメール伝統織物)所属
漫画家兼イラストレーター
ライムシェイクも美味です!

2. 屋台の兄ちゃんに急に命令された話



何でも体験カンボジア

- Experience anything in Cambodia -

農村の生活見学&村の保育園訪問inコムルー村。
シムリアップ中心地からトゥクトゥクで約30分。
半日と1日ツアーがありますが、今回は1日ツアーに参加。村の
生活と空気感を満喫! それでは行ってきます!



8:30 コムルー村行き
のトゥクトゥクが
お迎えに到着。
では出発!!

10:30 タマイ保育園に到着。
村の子供たちが
集まって、皆で遊んでいます。



9:00 ポー村の市場を散策。日本ではあまり見ない様々な食材や、面白い日用品、蜘蛛やタガメ等のおやつ虫も売っています。



冷たいバタフライビードリンクをいただく。美味しいな。

9:30 朝軽食。村のレストランで、カンボジアヌードル、クイティウを楽しもう。



12:00
今回は午前
半日ツアー。
村時間が
体感でき
ました。
また来る
ね~



10:00 村散策開始。
お土産品内職村人も
多く、一緒に手作り
お土産体験もでき
ます。



旅のポイント

- ・村の保育園で子供たちと交流
- ・持続可能な「自走」村づくりを見学
- ・コムルー村の人たちと一緒に物づくり体験

料金: 40\$~60\$ Kroma Tours TEL: 012-890-960



腹が…、減った。孤独のグルメ in シェムリアップ



店主：小田五月（めいちゃん）
 出身：三重県
 年齢：28歳
 カンボジア歴：2年
 ラオスの居酒屋・大を3年間切り盛りし、皆さんと飲むためにシェムリアップの居酒屋・大へ！
 面白い会話を楽しみながら一緒に飲みましょう！
 ハイボールが大好きですw

居酒屋・大

🕒 11:30-14:00 (L/O:13:30)
 17:30-23:00 (L/O 22:30) 定休なし

📍 izakayadaikh

📧 japaneseizakayadai_siemreap

日本の居酒屋が、そのままシェムリアップに。充実のメニューは、刺身、焼き鳥、揚げ物、ラーメン、カレーまでよりどりみどりで！何度来てもお楽しみ頂けます。!



当店では、お召し上がる際に目の前で炙らせて頂きます。見て楽しみ、食欲そそる匂いにソワソワし、絶妙のタイミングでテーブルへ。
 よだれをこらえてお待ち下さい(笑)

店主：木下レイナ
 出身：三重県四日市市
 年齢：26歳
 カンボジア歴：7年

カンボジアと胡椒を恋をして移住。生粋の胡椒マニア。最近ペッパービールを作りました！ぜひお試しあれ！



レイズカフェ

☎ 015-384-745

🕒 11:00-18:00 月休

📍 rays_cafecambodia_kampotpepper

📍 Rays Mrech Kampot Café

✉ raysshop.cambodia@gmail.com

畑直送の胡椒を使ったドリンクやデザート。胡椒は店内で購入も可能です♪Wi-Fi:完備●エアコン有



じっくり煮込んだトマトソースにカンボットペッパーの香りが食欲をそそる一皿。プチッと弾ける生胡椒ペッパーキャビアと一緒にどうぞ！胡椒を使ったドリンクやデザートもご用意してます。



エアコン完備、モダンクメールスタイルの店内で特別なひと時を

Discover the Good Atmosphere of PT HOUSE RESTAURANT

Welcome to PT House Restaurant, A place offering a choice of traditional Cambodian cuisine and international dishes with local touch. The Restaurant is set in a peaceful and relaxing atmosphere overlooking to greenery garden.

緑豊かな庭園を見渡せる、静かでリラックスした雰囲気の中にあるモダンクメールハウス。そんな空間で楽しむ伝統的なクメール料理と、地元の食材を取り入れた多国籍料理、特別な時間を、特別な料理とともに、特別な人たちとお楽しみ下さい。



PT HOUSE

T: (+855) 15-929-999 E: info@pthouserestaurant.com

A: Street 30, Krong Siem Reap



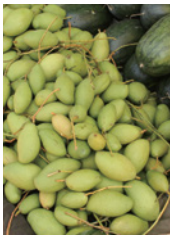
伝統的なクメール料理だけでなく、地元の食材をふんだんに使った西洋料理も楽しめます

カンボジアのごはん chhnganh ញ៉ チュガニユ nhoum ញ៉ ニヤム

カンボジアではマンゴーの季節到来です！
もういりません！つてくらい毎日食べることができます！
昔の日本の柿の木のように、庭に必ずあるマンゴーの木。マンゴーと聞くと日本人は熟れたマンゴーやデザート、果物をイメージすると思います。でもカンボジアでは、それだけじゃないんです。

カンボジアは基本、若くて青くて硬いマンゴーを好んで食べます。食感は硬いリンゴ。サクツとしています、味はとて酸っぱいです。

その酸味を生かして、サラダにしたり、白身魚を食べる時のディップソースにしたり。熟れたマンゴーも、ジャムにして乾燥させて保存食にしたりします。でも食べすぎると下痢するよ、ってよく言われます。

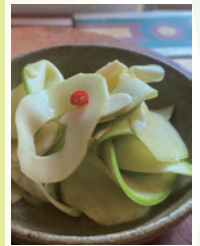


おやつとしての食べ方は漬した唐辛子と塩を合わせたものや、プロホック(カンボジアの伝統的な発酵食品)とパームシュガーを合わせてディップソースにし、青いマンゴーに付けて食べます。日本で例えるならばスイカに塩って感じでしょうか？

今回は、カンボジア人も美味しい!と褒めてくれた私流の青いマンゴーの食べ方をご紹介します。

--- 材料・作り方 ---

- 1、タッパーもしくはジップロックに青いマンゴーをスライサーでスライスして入れる。皮はそのままでもOK
- 2、パームシュガー・ナンプレー(1:2の割合)唐辛子(お好みで)を加えて30分ほどおいたら出来上がり。



カンボジア料理教室 カンボジアノゴハン

前原とよみ

- ・カンボジアが大好きな人
- ・看護師
- ・カンボジア料理家

カンボジア料理教室を主催。
「食」を通じてカンボジアを知るワークも行っています！

cambodianogohan
 cambodianogohan

AMAZON ANGKOR

アマゾン・アンコール カンボジア伝統舞踊ショーレストラン

世界無形文化遺産であるクメール伝統舞踊アプサラダンスを楽しみながら、40種類以上の伝統的なクメール料理、各国料理ディナービュッフェが楽しめます。シェフがその場で調理し提供する自慢のカンボジアアンバーベキューや多種多様なスキースープなど、目にも楽しい料理をお楽しみください。

エアコン完備の快適な環境で300人以上の座席数、ゆったりとショーをお楽しみいただけます。また、ランチはセットメニューをご用意、個室もございますので、ごゆっくりとお食事をお楽しみください。



伝統舞踊ショー 每晚19:30~20:30開催

Address: Krous Village, Svay Dangkm, Angkor Wat, Siem Reap, Cambodia
Tel : +855(0)12 966 988 | (0)15 929 999 Fax: +855(0)63 966 988
E-mail: info@amazon-angkor.com Website: www.amazon-angkor.com

カンボジア 撮り鉄日誌

バタンバン在住S.Y

カンボジア北西部最大の都市バタンバン在住、
鉄道とバイサイチュルックをこよなく愛する。

土日限定! プノンペン駅発着1時間列車体験

昨年8月からスタートした、土日限定プノンペン駅発着のイベント列車をご存知ですか? 朝9時~17時の毎時ちょうど(12時除く)にプノンペン駅を出発し、1時間ほどで往復してプノンペン駅に戻ってきます。料金は大人1.25ドル、子どもは半額です。カンボジアでは列車に乗る機会が遠距離移動する場合しかないため、気軽に列車に乗ることができます。

今回は朝9時の初便を選択。出発当日にプノンペン駅の券売所でチケットを購入し、ホームへ。メキシコ製のかつては空港線で活躍したAS1000型が準備しておりました。乗客はもちろんファミリー層がほとんど。15名を乗せて出発! とっても楽しそうな子どもたちがお菓子を食べながら車窓を眺めています。車内は安心なトイレ付きですが、エアコンが効き過ぎて寒く、上着持参を推奨します。軽やかに警笛を鳴らしながら列車はゆっくりと郊外へ。30分後、牧場のある場所で乗客を降ろすことなく数分停車して折り返し、プノンペン駅へ。乗るだけの安心なツアーです。週末に乗り鉄はいかがでしょうか?



本格的なクメール料理、飲茶、スキスープが楽しめる人気店。個室、団体席、屋外席等、シーンに合わせた様々な客席をご用意しております。清潔感溢れる店内で、バリエーション豊富なお食事をお楽しみ下さい。



クメール料理、飲茶、スキスープ、
トロピカルアンコールレストランで
過ごす上質なひととき

トロピカルアンコールレストラン

TROPICAL ANGKOR Restaurant Tel: 012-862111



アンコールの古都に佇む、最高にエレガントなりゾート

趣のある伝統的スタイルのインテリアと、自慢のアメニティ
247室の客室には快適さのために、最新式の設備を導入
私たちはお客様の素晴らしい旅を、演出いたします



アンコール ミラクル リゾート & スパ ANGKOR MIRACLE RESORT & SPA

TEL:+855-63-969-900 E-mail:miracles@angkormiracle.com Web:www.angkormiracle.com

カンボジアお魚だより

市場で見かける、口からレモングラスが飛び出した状態で、炭火でくるくると焼かれている魚(写真1)。カンボジア語では「チダオ」、日本語では「雷魚(ライギョ)」や「スネークヘッド」と呼ばれています(Channa micropeltes)。焼く、煮る、揚げる、スープや干物にするなど、普段の食事はもちろん結婚式でも食される、カンボジアで人気の食材です。

ライギョという名前の由来には諸説ありますが、一説には「嵐の際に地を這って移動するから」と言われています。



レモングラスと共に焼かれているライギョ

地を這って移動する魚! 実はこのライギョ、「ラビリンス器官」という特殊なエラを持っており、空気中から酸素を得ることが出来るのです。

市場では、生簀から脱走して

カンボジアでの人気魚、ライギョ

クネクネと移動(お散歩)している姿を見かけることもあります。



カンボジアでは、近年ライギョの養殖が急拡大し、現在は養殖生産量のトップ2になるほどです(写真2)。養殖魚の生産量の増加には、天然魚の減少が1つの理由として挙げられています。

シェムリアップ州のライギョ養殖池

ライギョはサイズによって呼び方が変わる出世魚です。小さいものは「ディエップ」、大きいものは「チダオ」と呼ばれます。近年は天然のチダオが取れることはあまりなく、大きくなる前のディエップが漁獲されているようです。

人口増加と共に水産物需要も増加しています。養殖業の推進をすると共に、天然資源の適切な管理も同時に行えたらと思います。

目指せ! カンボジアの魚博士!?

京都大学大学院アジア・アフリカ地域研究研究科博士課程在籍。トンレサップ湖・カンボジアの人々に衝撃を受け、カンボジアの漁業・魚についての研究を志しました。

寄稿: 岡田 龍樹

☎ 096-743-6323

✉ kurumimaru1224@gmail.com

📱 Ryuju Okada



カンボジアティータイム
CAMBODIA・TEA TIME
ここで出会う、カンボジアの素敵な贈り物

カンボジアの伝統菓子「ノムトムーン」をはじめ、生胡椒、カシューナッツ、シルクなど様々なお品物を取り揃えています。



厳選されたカンボジアの材料のみを使用。
熟練の焼き子たちが一本一心を込めて手作りしております。

Siem Reap

本店 チャーミングシティ
オールドマーケット
シェムリアップ空港

Phnom Penh

ニョニョムショップ イオン1
アメージングカンボジア イオン1
プノンベン国際空港

Tel/Telegram

063-761-397
日本語可
10:00 - 19:00



カンボジア伝統舞踊ショーが
インターナショナルブッフェとともに楽しめます。



MORAKOT ANGKOR Restaurant

Add: 300m northward Rd.6, Psar Dam Krolanh Rd, Siem Reap
Tel: 098 776 777 Web: www.morakotangkor.com
Mail: info@morakotangkor.com

JICAカンボジアリレー

ローカル病院ってどんな感じなの？

カンボジアの各州には、日本の総合病院にあたる州立病院があります。簡単な手術や治療は可能ですが、脳外科や循環器系の疾患、腫瘍等は、プノンペンやシェムリアップに行くしか治療手段はありません。病床環境も不衛生で、廊下や屋外のベッドで過ごす患者もいますし、医療機器はあるけれど、使いこなせていない現状もあります。また、家族が日常生活の支援を全て行い、一緒に過ごすため、看護スタッフの観察も少ないのです。



感染予防管理のラウンド(手指消毒指導)



医療安全研修の実施

わたしは、病院の業務環境を改善し、医療サービスの向上を図るために、①5S(整理整頓)活動の実施、②感染予防管理のサポート、③医療安全の導入に取り組んでいます。

正直なところ、問題は山ほどあります。広い視野で物事をみることや、予測することが苦手なカンボジア人が多く、同じ場所や同じ物事をみても、“日本人であるわたし”と“現地のスタッフ”では問題の認識に差があり、視点が全く異なると感じることも少なくありません。しかし、医療の現場においては、小さなミスが生死に関わるからこそリスクセンスとアセスメント能力(問題

解決能力)を育む必要があります。



ということで、「医療安全」をテーマに危険予知トレーニングを開始しました。カンボジア人にとって、医療安全について学んだ機会が無く、初めてで難しいという印象でした。危険予知トレーニングは想定される場面を提示し、危険を見つけ、対策を考え、実行するという手法です。問題解決法を論理的に説明しようとするとう理解を得られないけれど、間違い探しの感覚で実施すると、スッと頭に入っているようでした。対策を実行に移すことは難しいですが、高い意識でアンテナを張るきっかけになってくれればと思います。先日、あるスタッフが、私が提示した事例にでてきた失敗談を話してくれました。カンボジア人がミスを話してくれたことにも驚いたし、主旨を理解して、実践につなげてくれているように感じ、とても嬉しかったです。

私が行っていることは本当に小さな小さな種にすぎません。伝えたいことはたくさんありますが、文化・価値観の違いや、語学のカベがあり、正確に伝えることができずもどかしい思いをする日々です。しかし、活動を継続することで現地スタッフに良い影響を与え、意識や行動の変化に繋がることを期待しています。また、同様に、協力隊員になったことで、自分自身の価値観や思考も変化し、成長する機会になっています。

JICA海外協力隊 コンボンチャム 看護師 村上真世



Japan International Cooperation Agency (JICA), Cambodia Office
独立行政法人国際協力機構(ジャイカ)カンボジア事務所

 <https://www.jica.go.jp/cambodia/>
 JICACambodia

ジャイカは、日本の政府開発援助(ODA)を一元的に行う実施機関として、開発途上国への国際協力を行っています。

医療コラム

紫外線と目のリスク：白内障手術再開

こんにちは。アンコール共生病院医師の加藤です。
今日は紫外線と眼についてお話したいと思います。

カンボジアを含む東南アジアでは、日本と比較して紫外線が非常に強いことが知られています。長期に紫外線を浴びることで心配される目の症状はいくつかありますが、その中で最も頻度が多いのは白内障です。

白内障は、人間の眼でレンズの役割をしている水晶体という本来透明な組織が、加齢と紫外線を主な原因として徐々に濁ってしまう疾患です。40歳を過ぎると誰にでも現れますが、紫外線を浴びる量が多ければ多いほどその進行が早くなってしまいます。一度進行してしまうと、点眼や内服薬では症状を改善することはできません。唯一の治療法となるのが白内障手術になります。進行をなるべく抑えるためには、外出時にサングラスをかけて可能な限り紫外線を遮ることが簡便で重要です。



白内障治療の様子

カンボジアではすでに手術が必要な白内障患者さんも多く、当院では白内障手術を再開することになりました。

日本で執刀医・手術指導医として得た経験を、少しでもカンボジアで還元していけたらと考えています。

カンボジアではだんだんと気温が上がってきています。水分をしっかりとって健やかにお過ごしください。また次回お会いしましょう。

加藤寛彬



外出時はサングラスで眼を守りましょう！



アンコール共生病院

Angkor Japan Friendship International Hospital

総合・専門診療科、予防接種、健康診断に対応。

日本人医師と日本語が話せるスタッフが駐在している。

☎ 24時間365日(救急) ☑ <https://ajfih.org/>

☎ 076-677-7879

📘 ajfih

領事事務所とは？

在シムリアップ領事事務所では、小規模ながら広報文化活動も行っています。

昨年は日本カンボジア友好70周年でしたので、次の2つの行事を行いました。

1. 川口正樹所長(当時)による北西部の大学での レクチャー

カンボジア語の専門家である川口所長はシムリアップ州とバンティアイミエンチエイ州の10校の大学を訪問し、日本とカンボジアとの70年間の友好関係につきレクチャーを実施しました。多くの学生に聴講頂き、好意的な反応を頂きました。



日・カンボジア友好70周年のレクチャー(於:アンコール大学)

2. 日本人会シムリアップ支部との共催によるオンライン・ レクチャー・シリーズ

年間を通じて隔月で、日本人会シムリアップ支部との共催によりシムリアップ在住の日本人の方々に関心に合致すると思われるテーマにつき、各分野の専門家をお願いしてオンライン・レクチャーを実施しました。レクチャーの記録は、在カンボジア日本大使館ホームページ内の領事事務所のコーナーでご視聴頂けます。

<https://www.kh.emb-japan.go.jp/files/100614841.pdf>

在シムリアップ日本国領事事務所

在シムリアップ日本国領事事務所は、在カンボジア日本国大使館の傘下の機関であり、シムリアップ州を中心にカンボジア北西地域5州を管轄地域として、領事業務、広報文化業務などを取り扱っています。

✉ consul.jp.rep@re.mofa.go.jp

☎ 063-963-801~3(国番号:855)

🕒 09:00~11:30 / 14:00~16:30
月~金(休館日を除く)

🌐 kh.emb-japan.go.jp

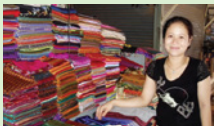
在カンボジア日本国大使館のサイト内

📘 JapanEmbassyCambodia

オールドマーケット

観光客が最も多く訪れる人気の市場。土産物も多いが、日用品や生鮮なども並び、地元ならではの活気も味わえる。北側が地元向け、南側が観光客向けエリアとなる。

時 6:00頃～日没まで



アーティザン・アンコール

フランス系の職業訓練所&土産物ショップ。デザイン性の高いシルク製品、工芸品を販売する。どれも高品質で、大切な人へのお土産選びにも良い。無料で工房見学もできる。

時 7:30-18:30 (無休)

料 無料

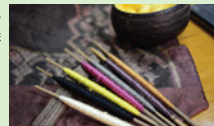


クメール伝統織物研究所・伝統の森(IKTT)

1996年より運営されるクメールシルク工房。内戦から生き残った染め織り物の経験者を探し出し、ハイクオリティなシルク製品を生産をしている。故・森本喜久男氏が創立。

時 8:00-17:00(無休)

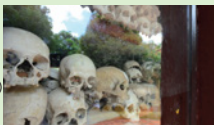
料 無料



キリングフィールド

ポル・ポト時代(1975年～79年)、罪なき一般人がカンボジア全土で百万人以上虐殺された。現在は慰霊塔が建てられている。敷地内には、歴史絵画伝承資料館も併設。

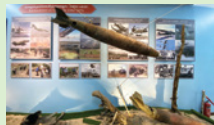
料 3\$ (12歳以下無料)



カンボジア地雷対策センター(CMAC)

国内全土に眠る地雷や不発弾の撤去団体。主な活動は地雷の特定、撤去など。地元住民への啓蒙活動や地雷探知犬の育成も行っている。

料 無料だがチップ要



APOPO

地雷探知ネズミとして活躍しているアフリカオネズミの活動の様子を見学できる施設。カンボジア全土の地雷、UXOの現状も学ぶことができる施設となっている。

時 8:30-17:00

料 8\$



アンコールボタニカルガーデン

15ヘクタールの敷地に500種類以上の植物や花が育てられている。植物以外にもダチョウやクジャクなども育てられている。庭園内にはカフェや図書室もある。

時 8:00-18:00(月休)

料 無料



アンコール生物多様性保護センター(ACCB)

クハールスピアン入口付近にある野生動物保護団体。絶滅の危機に瀕している動物を保護調査し、繁殖を試み、現地の人々に絶滅保護種の保護を伝えている。

時 9:00-13:00

料 3\$



アンコールワイルドライフ&アクアリウム

2022年末にシェムリアップ郊外にオープンした淡水魚水族館。メコン河で捕獲された3mに及ぶナマズ、6mのバイソン、川カワウソなども飼育されている。

時 8:00-17:00/18:00(週末)

料 18\$ (12歳以下10\$)



クレーンエレファントフォレスト

アンコールワット遺跡内で観光客を乗せていた象たちが、シェムリアップ郊外の森で、ほぼ自然の環境で飼育されている。象の餌を作り、餌あげ体験などが楽しめる。

時 8:00-18:00

料 半日ツアー90\$



アンコール国立博物館

アンコール王朝を基として、クメール文化・歴史を様々な観点から検証・分析し、一教育機関として指導を行っている博物館。日本語イヤホンガイド(有料)もある。

時 8:30-18:00/18:30

料 12\$ (12歳以下6\$)



プレア・ノロドムシハヌーク・アンコール博物館

上智大学アンコール遺跡国際調査団が、バンテアイクイ遺跡で発見した274体の廃仏等を保管、常設。発見当時の状況、そこから考察される歴史などを紹介している。

時 8:00-17:00(休月祝)

料 3\$ (12歳以下無料)



現代寺院

市内にはクメール人の信仰の場となる現代仏教寺院が数多くある。中でも格式高いワットポーにはフランス植民地時代に描かれたベニンテンギが残っており、当時の生活や仏教の話を知ることができる。



セグウェイカンボジアツアー

のんびりした小さな市場、現代寺院、小さなクメール遺跡、カンボジアの田舎道をゆっくりとセグウェイで散策。体験的な30分コースから2時間コースまである。

時 8:00-16:30

料 25\$~



アンコール・バルーン(気球)

アンコールワット正面より800m地点、高さ約120mまで上昇し約10分の遊覧が楽しめる。市内やアンコールワット、西バライが見渡せる。天候や時季により運休する事もある。

時 日の出前-日の入

料 20\$ (5-12歳10\$)



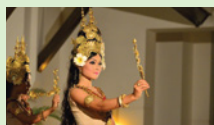
パブ・ストリート

観光客や地元の人で賑わうブチ歓楽街。夜は歩行者天国となり、多くのレストラン、バー、クラブ、屋台などがオープンし、シェムリアップで最も活気があるエリアとなる。店舗にもよるが18~24時ごろまで営業する店が多い。



アプサラダンス

無形文化遺産であり、クメール伝統芸能であるアプサラダンスや民族芸能が高級ホテル、レストランで楽しめる。ショーは19:30頃から開始することが多い。カンボジアに来たからには、是非とも見ておきたい。



カンボジアサーカス・ファア

バンタンバンの実力派NGOサーカス団がシェムリアップで毎晩公演。カンボジア人による躍動感あふれる演技が楽しめる。演目は月ごとに変更。

時 19:30-21:00

料 大人18\$, 5-11歳10\$



トンレサップ湖

東南アジア最大の湖であり、乾季で2,700平方km、雨季には12,000平方kmにもなる。インドシナ半島の雨季の降水と、ヒマラヤの雪解け水がメコン河を下り、トンレサップ川と合流するため水量が変化する。淡水魚は年間30万トンと世界有数の漁獲量を誇り、周辺ではブラホック作りやハスの花栽培が盛ん。

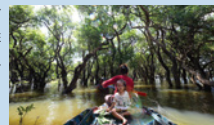
▶ チョンクニア地区

多くの観光客が訪れる人気観光エリア。時期により景色は大きく異なるが、湖上には学校、教会、警察など、陸と同じような施設があり、人々は陸と変わらない水上生活を送っている。



▶ コンボン・ブルック ▶ コンボンクリアン

コンボンブルックは水没林の手漕ぎボートクルーズが楽しめる。また、15mを超す高さの家屋が並ぶコンボンクリアンは雨季と乾季で村の水位が全く異なる。





シェムリアップ以外のお薦め都市情報

* 距離と時間などは全てシェムリアップ発

プノンペン(首都)

王宮、シルバーバゴダ、ワットプノン、博物館、トゥールスレン博物館、キングフィールド、カジノなど。バンやバスで6~8時間(6~17\$)、314km。飛行機(30分)



カンポット&ケップ

ポーコー国立公園、コンポントラッチ洞窟、動物園、胡椒園、ビーチ、塩田など。在住者には避暑地的な街。バスで14時間(15~27\$)、プノンペン経由で462~478km。



シハヌークビル

ビーチ、島滞在、魚釣り、ロン島、ダイビング、国立公園、カジノなど。海の幸が美味しい。バスで12~14時間(17~27\$)、プノンペン経由で544km。



クラチェ

河イルカ、メコン河、トロン島滞在などエコツーリズムの宝庫。河イルカはカムピ村で見れる。バスで10時間(コンボンチャムで乗り継ぎ計13\$程)、425km。



バタンバン

バンブートレイン、遺跡、サンポー山、コンプイ、サーカス、ワイナリー、フレンチコロニアル建築物や、NGOも多い。シェムリアップ在住者がこそと遊びに行く街。バスで3時間(6~10\$程度)、173km。



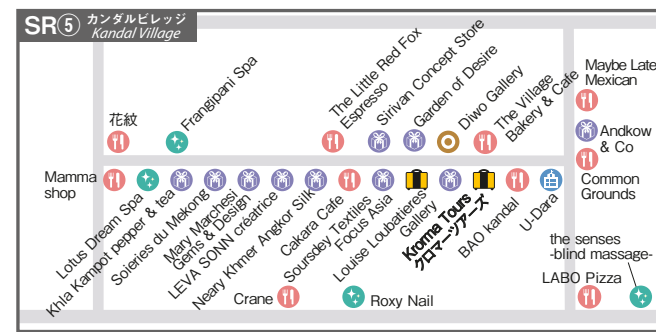
モンドルキリ&ラタナキリ

山岳民族、象、滝、コーヒー園など。モンドルキリはバスで12時間(コンボンチャムで乗継ぎ計25\$程)、528km程度。時期により結構寒い。モンドルキリはバンで7時間(プレアヴィヒア経由、ストウトレンで乗継ぎ25\$)、526km。

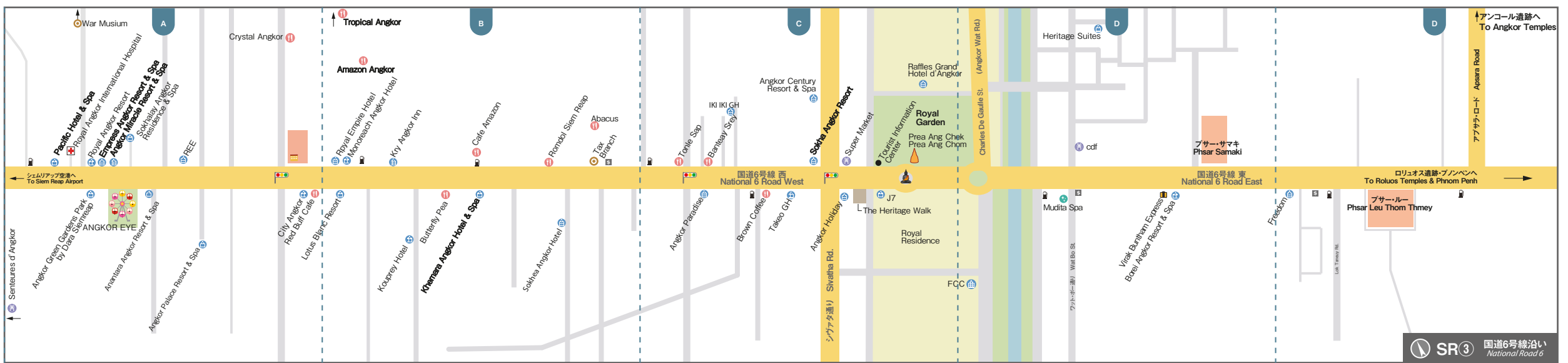




- | | | |
|----|-------------------|------------|
| 🍽️ | Restaurant | レストラン |
| 🍸 | Bar | バー |
| 🛍️ | Shop | ショップ |
| 🏨 | Hotel / G.H. | ホテル |
| 💆 | Spa / Massage | スパ・マッサージ |
| 🏠 | Other Service | その他施設 |
| ✈️ | Travel | バス・航空・旅行会社 |
| 🏦 | Bank | 銀行 |
| 🏥 | Hospital / Clinic | 病院 |
| 📮 | Post Office | 郵便局 |
| 🏛️ | Embassy | 大使館 |
| 🎓 | School | 学校 |
| ⛽ | Gas Station | ガソリンスタンド |
| 🗿 | Pagoda | 寺院 |



<p>小回りコース -Small Circuit-</p> <p>主にアンコールトムの東南(またはアンコールワットの東北)エリアにある遺跡を回る観光ルート。アンコールトムの北門から出て、プリアカン〜プレ・ループ間の観光要素をつないでいる。所々にめったに人が訪れない小遺跡もあり、自転車でゆっくりと回るのもよい。</p> <p>主要遺跡: タプローム、バンテアイ・クディ、スラ・スラン、タケウ、クラバン、トマン、チャウ・サイ・テボダなど</p>	<p>大回りコース -Big Circuit-</p> <p>アンコールトムの北西〜西側エリアにある遺跡を回る観光ルート。アンコールトムの北門から出て、プリアカン〜プレ・ループ間の観光要素をつないでいる。所々にめったに人が訪れない小遺跡もあり、自転車でゆっくりと回るのもよい。</p> <p>主要遺跡: プリアカン、ニャックポアン、タソム、東メボン、プレ・ループなど</p>
<p>アンコール遺跡入場券</p> <p>1日券: 37US\$ (有効期限: 1日) 3日券: 62US\$ (有効期限: 1週間) 7日券: 72US\$ (有効期限: 1カ月) ※12歳未満・無料</p>	<p>アンコール遺跡以外入場券</p> <p>コーケー: 10US\$ ブンクレーン: 20US\$ プリアヴィヒア: 10US\$ サンボア・プレイクック: 10US\$</p>



これだけあれば大丈夫！

アンコール遺跡ガイド

カンボジア全土に点在するアンコール遺跡。ここではシェムリ
アップから日帰りで行ける人気遺跡をご紹介します！

CHECK!

アンコールパス

遺跡入場券は、遺跡近くの販売所（5:00
～17:30）かオンラインで事前購入も可能。
3日券は10日以内に3日使用可能。7日券
は1カ月内に7日使用可能。

料金 1日券：37US\$
3日券：62US\$
7日券：72US\$



アンコール・ワット Angkor Wat

遺跡MEMO

年代 12世紀前半
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

必見度 ★★★★★
バス check有
朝日スポット◎

語意は「寺院の町」。東西約1.5km、南北約1.3kmの環
濠に囲まれた、幅約190m、長さ600m程もある大規模な寺
院である。一説にはヒンドゥー教の三大神ヴィシュヌ神に捧
げるために建造されたと言われるが、王自身の墳墓として造ら
れたとの説もある。それは西が「死」を意味する方角であり、こ
の寺院も西向きに建てられているからである。

アンコールワットの中央伽藍は須弥山を具現しており、周

囲の尖塔はヒマラヤ連峰、そこへと続く真っ直ぐな参道は、現世と
天界を結ぶ虹を現す。そして外側の環濠は大海、その周囲には深い
密林が広がっている。長編抒情詩が彫りこまれた第一回廊、第
二回廊。そして急な階段を登ると「神の住む場所」と言われる第三
回廊へとたどり着く。塔内で待ち受けている数多くの優美な女神テ
パター。それら全てとの出会いのセレモニーを経て辿り着く、中央に
堂々と聳え立つ塔の懐内は、王と神々とは一体化する聖域だ。

第一回廊

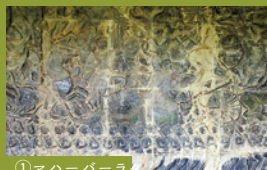
760mに及ぶ回廊は8つの異なる物語が刻まれる。北東部及び北部の
彫刻は16世紀半ば以降に彫られたものとされ、他の彫刻とはクオリティが大きく異なっている。

回廊に刻まれた物語
それぞれの壁画に注目

中心塔に太陽が昇る日



秋分と春分、昼夜の長さがほ
ぼ等しくなるこの日の早朝、西
参道の中心から中央塔を望
むと、塔の真後ろから昇る太
陽が鑑賞できる。当時の技術
者は天体の動きを見事に取り
入れ建造しているのである。
遺跡の多くが東向きなのに
対し、この寺院は西向きに建
造されている。西向きとは死、つ
まりは墓を意味しているとさ
れ、太陽神であるヴィシュヌ
神を祀ると同時に、王自身が
ここを己の墓場とし、神と一
体になるための特別な場所だ
ったのではないかと考えらる。



① マハーバーラ



② 王の行軍



③ 天国と地球



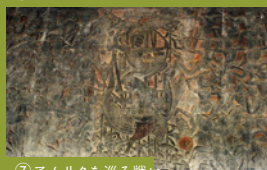
④ 乳海攪拌



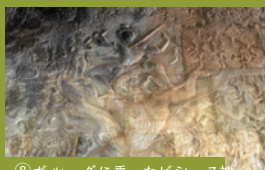
⑤ ビシュヌ神と阿修羅の戦い



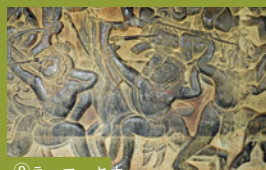
⑥ クリシュナ神バーナの戦い



⑦ アムリタを巡る戦い



⑧ ガルダに乗ったビシュヌ神



⑨ ラーマーヤチ

歯を見せて笑う
デバダーは必見!



西塔門

中央は「王様の門」、両側は「庶民の門」、最両端には「象の門」が並ぶ。南側には「8 本腕のヴィシュヌ神像」が立ち、東には「歯を見せて笑うデバダー」がある。

内戦時代に多くの
仏像が破壊された



第二回廊

内側には彫刻はほとんどなく、首が切られた仏像などが置かれている。外側第三回廊に向かってたくさんの美しい女神像が彫刻されている。

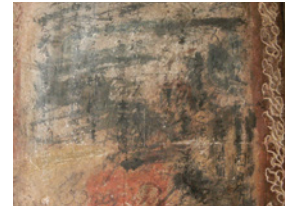
最も神聖な場所と
言われている



第三回廊

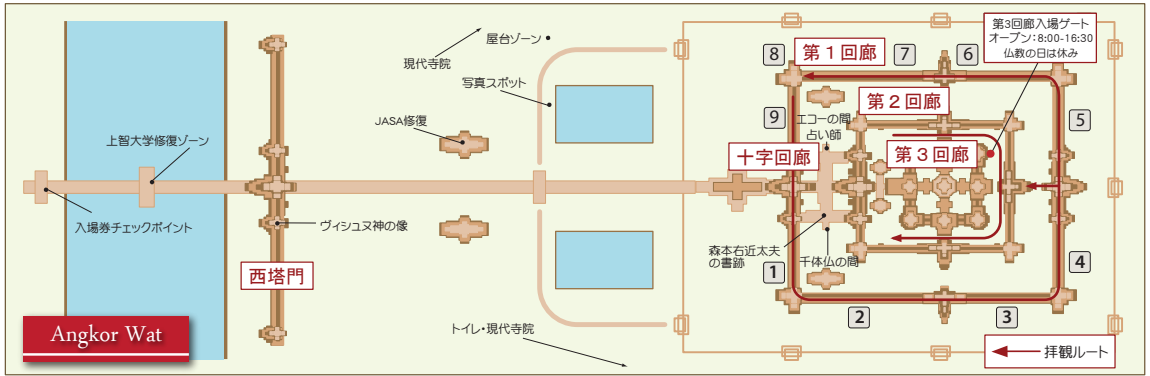
「神々の住む場所」中央塔。仏陀立像が四方に立ち、その周りには三段に並ぶ美しい女神像がある。朝8時から17時まで入場可。仏教の日は休み。

森本右近大夫の書
を見つけよう!



十字回廊

「千体仏の間」がある十字回廊。また江戸時代にアンコールワットを「祇園精舎」と勘違いで訪れた森本右近大夫の書をはじめ、周辺に 14 の落書きが残る。



一辺3km、ほぼ正方形のアンコールトムはクメール時代最大の都城であったとされる。1177年、ベトナムのチャンバ族により一時的に王都は陥落したが、ジャヤバルマン7世の指揮のもと4年後には奪還に成功した。中心にあるバイヨン寺院、王宮からはまっすぐな道が伸び、四方にある5つの大きな門へと続く。周壁外には環濠があり、それにかかる橋には神と悪魔が大蛇ヴァースキで綱引きをしている乳海攪拌の様子が描かれている。これは中心にあるバイヨン寺院が不老不死の薬アマリタを生み出したマンダラ山であるということを示している。ちなみにアンコールは「都市」、トムは「大きい」を意味する。正式名称は「ヤシヨダラブラ」。

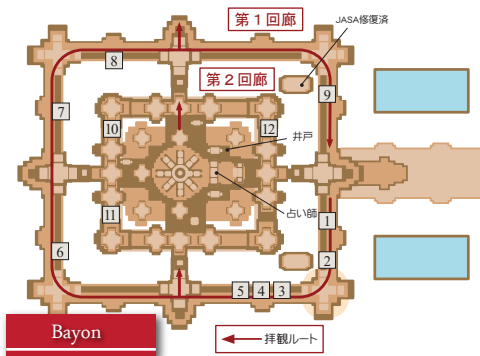
アンコール・トム内遺跡 Inside of Angkor Thom

アンコール王朝最盛期に作られた巨大な都、アンコール・トム。1日では回りきれないほど多くの遺跡が残るため、有名なバイヨンや五つの大門から回るのがオススメ。



バイヨン

アンコールトムの中心に位置するバイヨン寺院は、二層の回廊に囲まれたピラミッド型構造だ。敷地内に立つ49塔の祠堂には巨大な観音菩薩(ブラフマー神、ジャヤバルマン7世の顔等の諸説もある)が刻まれている。また、第一回廊壁面は、当時の庶民の生活と風俗、隣国チャンバ軍との激戦の様子の大きな絵巻が描かれており、第二回廊には乳海攪拌等、ヒンドゥー教の話が描かれている。現在、JASA(日本政府アンコール遺跡救済チーム)により第一回廊南東部が修復されている。また、寺院南東部にはバイヨン寺院およびJASA修復遺跡の説明を行う展示施設がある。



【第一回廊壁画】

- 1: チャンバ軍とクメール軍の行進
- 2: 中国人の宴会
- 3: チャンバ軍とクメール軍の水上戦闘
- 4: 戦いに負けた人が魚に食べられる
- 5: チャンバ軍との戦いの凱旋祝宴
- 6: 虎から逃げるバラモン僧
- 7: クメール人同士の内戦
- 8: 曲芸をする人々
- 9: 象を使った軍隊の戦い

【第二回廊壁画】

- 10: 「乳海攪拌」
- 11: ガルーダにまたがるヴァイシュヌ神
- 12: 「ライ王の伝説」大蛇と戦う王



亀にお尻を咬まれて怒る兵士(第一回廊)



年代 12世紀前半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

一辺約3kmある巨大王都アンコールトム(大きな都)は、高さ約8mの城壁に囲まれ、巨大な四面菩薩像が彫られた五つの門により守られる。門前の濠に架かる橋には、蛇神ナーガの胴体を抱えて並ぶ神々と阿修羅達が並ぶ。南大門はアンコールワットから最も近く、また他の門と比べても修復状態がよく、常に観光客で賑わっている。北門は大回りコースへと続き、西門は村人の生活道路となっている。東門のひとつ「勝利の門」はかつては戦いに勝った軍隊が凱旋する門であったようだ。逆に「死者の門」は敗戦した軍隊が入ってきたと言われる。



バプーオン

遺跡裏には
巨大淫樂物が!



年代 1060年
創建 ウダヤティヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

バイヨン北側に位置する三層回廊の寺院。第二次アンコール王都ヤショーダラプラ中心寺院で意味は「子隠し寺」。空中参道と呼ばれる170mの参道が寺院へと続き、寺院西側には巨大な淫樂像が建造されている。

ピミアナカス



年代 10世紀前半
創建 スーリヤバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

王宮内にあるピラミッド型寺院で、東西35m、南北28m、高さは12mある。意味は「空中楼閣」。雨季は寺院周辺部に雨水が溜まるため、空中に浮いているように見える。当時の王は毎晩ここで女蛇神と交わらなければ災いが起こるとされていたようだ。

ライ王のテラス



年代 13世紀前半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

象のテラス北側にある高さ約6mのテラスで、壁面にはナーガや神々の彫刻が施される。テラス上部にはライ王像(レプリカ)が残る。この王はライ病(ハンセン氏病)を患って亡くなったと言われており、三島由紀夫の戯曲「瀛王のテラス」の題材となった。

象のテラス



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

バイヨン北側、王宮東正面。テラス約300mに渡り象の彫刻が施されていることから「象のテラス」と呼ばれ、かつては儀式や式典に使われたとされる。テラス北側には一部、二重になっている部分があり、五つ頭の馬神や象と戯れる子供の彫刻が残る。

南大門近くの遺跡 Ruins near S. Gate

アンコールワットからアンコールトム間にも小さな遺跡が残されている。中でもプノンバケンから見る夕日は人気が高く多くの人が訪れている。

プノン・バケン

聖山から見る
夕日は◎



年代 9世紀後半~10世紀初頭
創建 ヤショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教



リリュオス地方からアンコール地域に遷都され、最初に築かれた山岳寺院。76mの正方形の寺院には108本の小祠堂が建ち、その中央に大きめの祠堂が残る。プノンクロム、プノンボックとともにアンコール3聖山のひとつとされる。遺跡からはアンコールワットを一望でき、夕日のベストスポット。

小回りコース Small Circuit

主にアンコールトムの東南(またはアンコールワットの東北)エリアにある小・中遺跡を回る仏植民地期に開拓された観光コース。アンコールトムの勝利の門からマノン〜プラサットクラバン間の観光要所を繋いでいる。

タブローム



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

母の菩提寺として建設された寺院で、東西1000m、南北650m程ある。ガジュマルの巨木が遺跡のいたる所に絡み付き、寺院が発見された当時を思わせる。アンコールワット、バイヨンに次いで有名で、映画「トゥーム・レイダー」の撮影にも使われた。

バンテアイクデイ



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

バイヨン同様、東西の塔門には四面仏が刻まれている寺院で意味は「僧の砦」。東西700m、南北500m程ある。上智大学調査チームが寺院修復を行い2001年3月には200体以上の石仏等を発掘したことで有名。ここで発掘された物はシハヌーク博物館に保存されている。

スラ・スラン



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

王の沐浴の池。東西700m、南北約350mの池と、それを東向きにの臨むテラスで構成された神聖な空間。池の中央には祠堂跡が残っており乾季には土台が現れる。残された碑文には「象の水浴びを禁ず」と記されている。朝日観賞の人気スポットでもある。

タ・ケウ

年代 10世紀 宗教 仏教
創建 ジャヤバルマン5世



緑砂岩を使ったピラミッド型寺院で、周壁は東西122m、南北106mある。建造途中で放棄された為、彫刻等はほとんどない。聳え立つ5つの塔は神の住む山「須弥山」を象徴している。階段はかなり急なので注意が必要。

プラサットクラバン

年代 912年 宗教 ヒンドウ教
創建 ハルシャバルマン1世



基壇の上にレンガ造りの5つの塔堂が並び、中央塔にはヴィシュヌ神とガルーダ、北側の塔には神妃ラクシュミーのレリーフが残る。「カルダモン(木の名前)の寺院」の意。1964年にフランス極東学院により修復が施され、保存状態も良い。

大回りコース Big Circuit

アンコールトムの北西〜西側のエリアにある遺跡を回る観光道。北門から、プリアカン〜プレ・ループ間の観光要所をつないでいる。人があまり訪れない小遺跡もあり、自転車でゆっくり回ると良い運動になるだろう。

プリアカン



年代 1191年
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

「聖なる剣」という意。当時の王がチャム王と戦った地に建造し、父の菩提寺として祭ったとされる。敷地外周は東西約800m、南北約700m。四方にはアンコールトム同様、乳海攪拌の欄干が残り、外側周壁には50m毎に大きなガルーダ像が立ち並び、寺院東には円柱造りの二階建て建造物が残る。

ニャックポアン



年代 12世紀後半
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

意味は「絡み合う蛇」で円形の祠堂の基壇に大蛇(ナーガ)が巻き付いているのに由来する。沐浴場で元々はプリアカンの貯水池の中心に位置していた。中央池の中心には祠堂と神馬像があり、四方の各小池には人・馬・獅子・象の彫像が建っている。

プレ・ループ



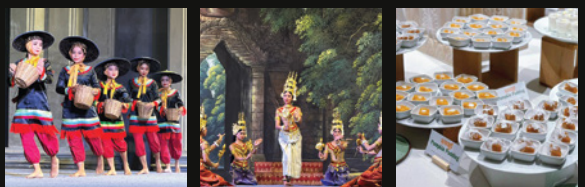
タ・ソム

年代 12世紀末 宗教 仏教
創建 ジャヤバルマン7世

カンボジア伝統舞踊ショーが
インターナショナルブッフェとともに楽しめます。

ガ

<p>62s アンコールトム タブローム クメール料理 アンコールワット/夕日</p> <p>定番!アンコール1日コース</p>	<p>55s ラピエタを彷彿! 崩壊寺院</p> <p>人気森遺跡!半日ベンメリア</p>	<p>106s アンコールワット 朝日、バイヨン タブローム、</p> <p>1日メカ盛り!アンコールと</p>
<p>45s クルーズして 夕日鑑賞</p> <p>半日!トシレサップ湖&夕日</p>	<p>145s 死ぬまでに見たい 絶景にある天空寺院</p> <p>第2の世界遺産!プレアヴィエイア</p>	<p>170s</p> <p>第3の世界遺産!サンボ</p>



MORAKOT ANGKOR Restaurant

Add: 300m northward Rd.6, Psar Dam Krolanh Rd, Siem Reap

Tel: 098 776 777

Web: www.morakotangkor.com

Mail: info@morakotangkor.com

ロリュオス遺跡群 Roluos Group

シェムリアップから南東へ約15km地点にあるこの遺跡群は、8世紀末から9世紀にかけて栄えていた王都ハリハラ-ラヤである。ロレイ建造後に治水問題で現在のアンコール地方へと遷都した。

バコン



年代 881年
創建 インドラバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

ハリハラ-ラヤ王都の中心寺院で、アンコール時代初のピラミッド型寺院。大きさは東西900m、南北700m程あり、参道脇には巨大な蛇ナーガが並ぶ。三重の周壁に囲まれた五階層の寺院の南壁には「戦いに臨む阿修羅」のレリーフが残っており、当時は階層を囲むように壁面が彫られていたと考えられる。建設当時、中央祠堂はレンガ造りであったが、12世紀に砂岩で造り直された。

プリア・コー



年代 879年
創建 インドラバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

ロリュオス遺跡群の中では最古の遺跡で「聖なる牛」の意。シヴァ神の乗り物とされるナンディン牛の像が祠堂正面に三体並び、神が堂から出て来るのを待っている。寺院はレンガ造りで、中央伽藍の6基の祠堂を3重の周壁が囲んでいる。王が両親に捧げるために造った菩提寺といわれており、創建時は漆喰で覆われ白い寺院だったが、現在はほとんど剥げ落ちてしまっている。

ロレイ



年代 893年
創建 ヤショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

大貯水池インドラタターカ(創建者の父・インドラヴァルマンの名を称えた呼称)の中央小島に建設された寺院。先祖供養のために構築したと言われており、王の祖父母、両親にそれぞれ1基ずつ捧げられている。4つの祠堂中央にリングを配し、四方に聖水が流れるようになっており、壁面には金剛力士像や女神テバダーがある。また、遺跡の敷地内には現在の仏教寺院が併設されている。

少し離れた遺跡 Remote Ruins

アンコールワットから離れたエリアにも多くのクメール遺跡が残っている。その中から人気の遺跡をピックアップ!

バンテアイスレイ



年代 967年
創建 ラジェンドラバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

東洋のモナリザと評される美しいテバダーは必見!

シェムリアップから北へ約40km、片道約1時間に到着する位置にある中型寺院で「女の砦」という意味を持つ。他の寺院ではあまり使われていない紅色砂岩とラテライトで造られている。深く刻まれた精緻な彫刻が見せる黒と紅色のコントラストが他の遺跡とは異なる雰囲気であり、「東洋のモナリザ」と呼ばれるテバダーの彫刻が有名。

プノンクロム



年代 9~10世紀前半
創建 ジャショーバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

シェムリアップ南部、トンレサップ湖畔に位置する約140mの小山で、山頂にヒンドゥー三大神を祀った寺院がある。プノンバケン、プノンボックと共にアンコール三聖山の一つでもある。遺跡自体はそれほど大きくはないが、ここから見る景色は美しく、雨季は湖に光が映え、一見の価値がある。朝日・夕日鑑賞にも適している。

西メボン/西バライ



年代 11世紀中頃
創建 スーリヤバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

東西8km、南北2kmの広大な貯水池、西バライ中央には小島があり、ここに残る寺院を西メボンと呼ぶ。遺跡は部分的に残存するのみだが、残る彫刻はバプーオン様式で興味深い。プノンベン国立博物館蔵の「横たわるヴィシュヌ神の胸像」はこの出土物である。島までのボートは片道約10分、一隻15US\$程度。

バンテアイサムレ



年代 12世紀前半
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

かつてこの地域に居住していた民族の名を拝して「サムレ族の砦」という意味を持つ。四方を周壁に囲まれた内側にはアンコールワットによく似た中央祠堂があり、破風には様々なヒンドゥー教のストーリー性のある彫刻が刻まれる。東参道にはテラスがあり、高さ約6mの周壁上部にはラテライトで彫られた珍しいナーガが残る。

プノンボック

年代 9~10世紀前半
創建 ヤショーバルマン1世

アンコール三聖山の一つで、高さ235mにある寺院。寺院にはチャンバイの木が絡み付いている。山頂には破壊された巨大リングと貯水池が残っている。



チャウスレイヴァイボル

年代 11世紀頃
宗教 ヒンドゥー教
創建 スーリヤバルマン1世

ベンメリアへと延びる王道沿いに位置する寺院。自然の丘を利用して建造された寺院であり、自然崩壊が進んでいる。小窓の密閉型寺院など、他と較べると変わった雰囲気がかもし出している。



クレーン山遺跡 Temple in Kulen

シェムリアップから北へ約50km、片道約1.5～2時間で聖山ブノクレーンに到着。その山上には50を超す遺跡が残っている。自然の岩に刻まれた彫刻はアンコールワットとは違った魅力を持っている。

クバールスピアン



年代 11世紀中頃
創建 ウダヤディティヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

約40分の山登りを要する。クレーン山西部にはシェムリアップ川の源流があり、その上流約200mに及ぶ範囲には、千本リンガと呼ばれる彫刻、ヒンドゥー教の神々、カエルの彫像など、多くの彫刻が点在している。この空間を流れる水は聖水となり、シェムリアップ全土を潤すように流れていく。ただし乾期には川の水が全くなり川底が露出する。ちなみにクバールスピアンとは「頭の橋」という意味。午後3時を過ぎると入山が禁止される。



ブノクレーン



年代 802年
創建 ジャヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

ジャヤバルマン2世が宗主国であったジャワからアンコール王国独立を宣言した聖なる山であり、川底に眠る神々と千本リンガ、20mの高さを誇る二段の滝、岩上に金色に輝く巨大仏像プレアアントン、点在する仏像を楽しむトレッキングコース等があり、ゆっくりと楽しむことができる。



スラードムライ

高さ3m、体長6mの巨像は圧巻



年代 不明
創建 不明
宗教 ヒンドゥー教

山上の遺跡群には50を超す小寺院、彫刻、彫像、窠跡などが残されているが、中でも巨大な象、二頭の獅子、蛙、牛が残されるスラードムライと、横たわる巨象ドムライクランプが有名。この周辺には地雷が残っている可能性があるため、山上にいるローカルガイド・バイクタクシーの同行が別途必要となる。(1日15～20US\$程度)

ブーン・コムヌー

年代 不明
創建 不明
宗教 ヒンドゥー教

シェムリアップから北東へ約60kmのスイルー村よりクレーン山麓まで約10分で到着、他の山上遺跡とは異なるルートを通る。巨大な岩石群に到着する。その壁には「夢見るヴィシュヌ神」「ガネーシャ」「ガルーダに乗るヴィシュヌ神」「神々」が刻み込まれている。



カンボジアでの各種出版物、 映像撮影、編集制作、 メディアサポート、営業代行 全般承っております。

各種撮影許可取り等各種お問合せ、
お見積もりはこちらから

クロマーメディア事業部



017-777-110
info@seishiron.com



撮影、編集、営業等業務実績一覧



遠距離遺跡 Outlying Temples

シェムリアップ郊外の日帰り訪問できる遺跡を一挙紹介。アンコールワットとは一味違った遺跡達だが、それぞれ特徴があるので訪問してみよう。遺跡だけでなく途中出会う人々や村々もきっと興味深いはず。



ベンメリア

年代 12世紀中頃
創建 スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

南門テラスにある
ナーガは一見の価値あり

シェムリアップから北東へ約60km。アンコールワットを平面型化したような遺跡で、祠堂の配置や十字回廊など、構造上の類似点が多いことから東のアンコールワットと呼ばれる。意は「花束の池」。寺院の修復等はあまり行われておらず、寺院発見当時の雰囲気を楽しむことができる。近くには小さな遺跡もいくつか残っている。

プレアヴィヒア

年代 9~12世紀中頃
創建 ヤショーバルマン1世/
スーリヤバルマン2世
宗教 ヒンドゥー教

カンボジア
第二の世界遺産

カンボジア北部、タイとの国境地ダンレック山の山頂約570m地点に建てられた大聖堂。寺院は四つの階層に分かれており、入り口である北側の参道には七つの頭を持った巨大な蛇の欄干が横たわり、第二階層には乳海攪拌や夢を見るビシュヌ神の彫刻が綺麗に残っている。また東側には旧参道があるがかなり崩壊して危険。山頂までは1台あたり25US\$程度払えば乗合車に乗ることも可能。入場料10US\$。



コーケー遺跡群

年代 928年
創建 ジャヤバルマン4世
宗教 ヒンドゥー教

カンボジア
第四の世界遺産

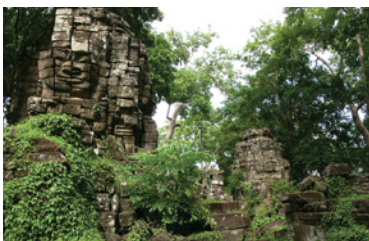
シェムリアップから北東へ約120km。この地には928年から944年頃まで、アンコール地方から王都が移されていたが、王の死後、再びアンコールに王都を戻し、その後ずっと放棄された。遺跡群はプラサットムと呼ばれる高さ35mの7段ピラミッド型寺院を中心に30以上の祠堂や貯水池跡等の遺跡が残っている。寺院は比較的綺麗に残っている。入場料15US\$。

カンボジア
第三の世界遺産

サンボークレイクック

年代 7世紀前半
創建 イシャナバルマン1世
宗教 ヒンドゥー教

7世紀初頭、前アンコールの真臘時代の首都として建造された寺院群。コンポントムの町からは東へ約30km地点。シェムリアップから南東に約170km。森に囲まれた寺院群は大まかに分けて4つのグループ、130以上ものレンガ造りの遺跡から形成されている。中でも八角形の祠堂、巨木が絡みつく祠堂、「空中宮殿」と呼ばれる建物等が特に有名。入場料10US\$。



バンテアイチュマール

年代 12世紀中頃
創建 ジャヤバルマン7世
宗教 仏教

珍しいレリーフが
数多く残る

バンテアイミエンチェイ北部にある遺跡。王が亡くなった息子を追悼した菩提寺。寺院中央塔付近には四面仏像が数基残り、外壁には有名な観世音菩薩(千手観音)をはじめ、興味深いレリーフが多く残っている。他小型寺院が点在しているが中央寺院以外は地雷が残っているのでガイドが必要。入場料10US\$。

大プリアカン

年代 11~13世紀前半
創建 スーリヤバルマン1世 / ジャヤバルマン7世
宗教 ヒンドゥー教 / 仏教

一辺5kmもある
大きな寺院。

プリアアヴィヒア州、コンボンスヴァイにある大型寺院。同名の遺跡がシェムリアップにあるためこう呼ばれるが、地元民はバカン寺院と呼ぶ。シェムリアップから東に約120kmの地点にあり、乾季、雨季共に約5時間で到着。寺院は長さ3kmの貯水池を有し、外周壁は一辺5kmの正方形とかなり大きい。周辺には中型寺院「プラサットムライ(象の寺院)」「プレアストウン(四面仏像)」等が残っている。また周辺には地雷が残り、宿泊施設は無い。入場料10US\$。



カンボジア便利情報

時差

日本時間より2時間遅れ。カンボジアの正午が日本の午後2時となる。GMT(グリニッジ標準時)+7で、バンコク、ベトナムと同じ時間。サマータイム制はない。

電気

電圧：220V(ボルト) 周波数：50Hz(ヘルツ)
日本の家電製品を利用するには変圧器が必要。コンセントの形状は様々だが、日本のものと同じ[A]タイプと[C]タイプが主流。差込口は両タイプ共用型。もしAタイプが差込みにくければCタイプを間に噛ますとよい。



ユニバーサルタイプの差込口 (A・C共用可能タイプ)

衛生と食事

生水、水道水、生野菜、氷は出来る限り避ける。ボトルの水や缶ジュースなどが街中の至る所で売られているので手軽に購入できる。クーラーボックスから出された飲み物は必ず口の部分を拭いてから開け、サービスで付くストローを使用しよう。長期の滞在でも、安価な屋台の食事は衛生管理状態が悪いのは念頭に置いて気を付けるようにするとよい。

通貨・両替

現地通貨はリエル(Riel)だが、US\$も流通していてUS\$での支払いが可能。ただし古いものや汚れているUS\$は受取りを断られる場合もあるので注意。1US\$=約4000~4100リエルが目安。観光エリアにはクレジットカード支払い可能な店があるが、手数料を取られる場合もある(2~4%)。

銀行

長期滞在ビザで口座開設できる銀行が多い。QRコード支払いの普及で、口座を持っていくと便利。また、ATMはクレジットカードでの現金引出しが可能(要手数料)。都市部ではATMが日々増設されている。カンボジアの銀行は、銀行が破産申請した場合の預金保証制度が無いため、注意が必要。※T/Cの取扱いは2013年9月より停止している。

交通事情

三輪のリキシャーやトゥクトゥクが一般的。料金が明確なので、Grabなどの交通アプリが便利。都市間移動は主にバスやタクシーを利用することが多い。

郵便

カンボジアから日本への航空便は1週間から10日かかる。はがき3,000リエル、封書は20gまで4,000リエル、50gまで8,000リエル。EMS(国際スピード郵便)もあるが、25US\$程度。

安全とトラブル

在シムリアップ日本領事事務所

住所 Sokha Palace Siem Reap Hotel, Rd. 60, Siem Reap
電話 063-963-801 ~ 3(代表) Fax 063-963-804
開館 9:00-11:30 / 14:00-16:30 (平日) 土日祝休
Web www.kh.emb-japan.go.jp Mail consulpj.rep@re.mofa.go.jp

緊急連絡先 夜間及び休館日 023-962-664

在カンボジア日本大使館

住所 No.194, Norodom Blvd., Phnom Penh
電話 023-217161 ~ 4(代表) Fax 023-216162
開館 8:00-12:00 / 14:00-16:30 (平日) 土日祝休
Web www.kh.emb-japan.go.jp Mail japan.embassy@pp.mofa.go.jp

緊急連絡先 平日昼休み 061-799-883 夜間及び休館日 023-217-161

カンボジアの警察は休日があるので注意!

市警察外国人課 REP:012-555-205(日本語可) PNH:012-835-666(英語可)

シムリアップ ツーリストボリス Charles De Gaulle Tel: 012-402-424(英語可)

プノンペン ツーリストボリス Preah Norodom Blvd. (41) Tel: 011-858-660 / 012-942-484(英語可)

消防 666 / 012-999-999(共通)

カンボジア医療機関

シムリアップ

アンコール共生病院 Angkor JAPAN Friendship International Hospital
総合・専門診療科、救急診療、予防接種、健康診断に対応。日本語が話せるスタッフと日本人看護師が常駐。各保険会社のキャッシュレスサービスに対応。

Add No.Bun Rany Hun Sen St. Tel 076-677-7879 / 087-789-150
Web http://ajfih.org/

ロイヤルアンコール国際病院 Royal Angkor International Hospital

バンコク病院系列の国際基準を備える総合病院。緊急対応、移送手配可。海外保険適用範囲内のキャッシュレスサービス可。日本人通訳常勤。

Add National Rd. No.6 Tel 063-761-888 / 012-235-888
Web www.royalangkorphospital.com

ホテルドクターサービス

Hotel Doctor Service
体調が悪い時にホテルまで駆けつけてくれる。日本人看護師在籍。

Add Funky Lane Tel 017-713-690
Web https://www.hotel-doctor-service.com/

プノンペン

Phnom Penh

ケンクリニック

Ken Clinic
カンボジア初の日本人医師によるクリニック。外科・内科・小児科。海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス。主に日本製の薬を処方。レントゲン、超音波、胃カメラ、血液検査など可。予防接種要予約。

Add No.14A, St.370, BKK1 Tel 023-223-843
Web www.kenclinic-cambodia.com/

サンインターナショナルクリニック

Sun International Clinic
日本人医師・看護師常駐の多診療科クリニック。日本国内全ての海外保険に対応したキャッシュレスサービスを提供。内科、耳鼻科など幅広く対応。

Add No.18, St.302 Tel 069-268-060 / 092-116-613
Web www.siclinic.com/jp

サンライズ・ジャパン・ホスピタル

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh
プノンペン市内にサンライズジャパン病院(救急・総合病院)とサンライズメディカルセンター(総合内科・健診)の2拠点があり、予防から救急、手術、入院、リハビリと一貫した医療サービスを提供している。

Add 177E, Kola Loum St. Tel 023-260-152
Web www.sunrise-hs.com/index.php/jp/

ラッフルズ・メディカル・カンボジア

Raffles Medical Cambodia
欧米、カンボジア人医師常駐。日本人医師も勤務。総合診療科、専門医診療、救急診療、予防接種、健康診断。各保険会社のキャッシュレスサービスにも対応。

Add No.161, St.51 Tel 012-816-911/023-722-058
Web www.rafflesmedicalgroup.com

ロイヤルプノンペン病院

Royal Phnom Penh Hospital
旧ロイヤルラタナック病院閉院後、新たにバンコク病院系列の総合病院として開院。キャッシュレスサービス対応可。各種検査、入院施設完備。

Add No. 888, Russian Blvd. Tel 023-991-000
Web www.royalphnompenhospital.com

シハヌークビル

Preah Sihanoukville

シーティクリニック

CT Clinic
外国人対応が可能な診療所。内科、外科、小児科。簡単な手術、予防接種、健康診断も可。海外保険取扱。英語対応。Visa、MCカード取扱。

Add No 47, Borei Kamakor Street Tel 081-886-666 / 034-936-666
Web http://ajfih.org/

保険について

カンボジアでは、場合によっては治療費が高額になることもあるため、病気や怪我に備えて保険には必ず加入しておくこと。在住外国人向けの医療保険も、いくつかの保険会社でサービスを提供しているため、現地で保険に加入することもできる。保険適用の病院であれば、キャッシュレスで診療が可能。
外国人向け医療保険商品を提供している会社: FORTE、バンコクインシュランス



電話帳

In Siem Reap

📞 広告主

食べる Japanese Restaurant

📍 日本料理

ウッサン USSAN ⑨①A-4
もちもちのうどんと餃子。オープンスペースで開放感あり。
☎ 081-549-011 📍 Sok San Rd.Krong Siem Reap

花紋 Kamon ⑨①B-4
カンダールビレッジにある日本食レストラン。セットメニューは4.5\$〜。
☎ 092-990-986 📍 Kandal Village

元気家 Genkiya ⑨①A-5
バリエーション豊かな定食メイン。個室あり。
☎ 099-787-985 📍 Night Market St.

侍 SAMURAI ⑨①A-4
ラーメン、餃子、焼き鳥、お寿司、丼ものなどなんでも美味しい
☎ 099-372-929 📍 Night Market St.

スシ×バー・心 Sushi×Bar Shin ⑨①A-4
サイドメニューも豊富な寿司居酒屋。ランチセットはお得。
☎ 010-634620 📍 Night Market St.

居酒屋大 IZAKAYYA DAI ⑨①A-4
日本人経営の居酒屋。焼き鳥や小鉢なども多い。
☎ 092-137074 📍 Steung Thmey Village

タイガーラーメン Tiger Ramen ⑨①A-2
アンコールタイガー FC が経営するラーメン屋。くせになる味
☎ 069-940-213 📍 Platinum Rd

竹園 Takezono ⑨①B-3
ソカンコール内にある、高級日本料理店。
☎ 096-616-1999 📍 National Rd.6

タコバ TAKOP ⑨①D-5
美味しくリーズナブルなご焼き屋。焼きそばや小倉トーストもある。
☎ 016-436-114 📍 7Makara

ハシ Hashi ⑨①C-4
お刺身やお寿司など和食が食べられる。メニューが豊富。
☎ 081-226-007 📍 Wat Bo Rd.

とんかつふみぜん FUMIZEN ⑨①B-4
日本のホテルニューオータニに本店がある。とんかつは絶品。
☎ 099-666265 📍 Preah Sangreath Tep Vong St.

シェムリアップホルモン SiemReap Horumon ⑨①A-4
カンボジア産オーガニック豚使用。こだわりの特製タレも見逃せない。
☎ --- 📍 Angkor Night Market St.

ラーメン 餃子 宮崎 Japanese Ramen Dumplin Miyazaki ⑨①A-4
ラーメンや餃子などもある。日本の有名店王将を引き継ぐ味!!
☎ --- 📍 Funky Lane

やきとり大将 Yakitori Taisyo ⑨①A-4
炭火焼き鳥店。サイドメニューも有。ローテーブルもあり、まさしく日本の居酒屋。
☎ 012-716-642 📍 St.Tep Vong

Re:与作 Re:YOSAKU ⑨①A-3
カンボジア国産の牛タン専門店。上質なタンを堪能できる。
☎ 087-428-965 📍 Steung Tmey Vilage

リスト掲載の推薦受付中! info@krorma.com まで!

食べる Khmer Restaurant

📍 カンボジア料理

アマゾン・アンコール Amazon Angkor ⑨③B
アプサラダンスショーを毎晩開催しているインターナショナルブッフレストラン。
☎ 012-966-988 📍 Phum Kruos

クメールテイスト Khmer Taste ⑨①B-4
クメール家庭料理がリーズナブルに楽しめる人気店
☎ 093-224-242 📍 Sok San Rd.

クメールキッチン Khmer Kitchen ⑨②C-3
オールドマーケット近くで立地良い老舗人気クメールレストラン
☎ 012-763-468 📍 Old market

クリスタル・アンコール Crystal Angkor ⑨③A
部屋数、座席数共に多い大型ショーレストラン。スパエクトとアプサラダンスがある。
☎ 012-786-786 📍 Krous Village

クローヤー Kroya ⑨①B-3
スタイリッシュなクメール料理。ブランコのようなテーブルが面白い。
☎ 098-969-234 📍 Shinta mani hotel

コルコ 1979 korko 1979 ⑨①B-1
本格的なクメール料理。古民家を改装している。雰囲気、サービスよし。
☎ 012-809-123 📍 Near Charming City

ザ・シュガーパーム The Sugar Palm ⑨①C-4
モダンな木造のお店。パームシュガーの木からテーブルや椅子が作られている。
☎ 012-818-143 📍 St.27, Wat Bo

スプーンズ Spoons ⑨①B-5
綺麗な店内とサービスの良いソーシャルレストラン。
☎ 076-277-6667 📍 Pave Road. Wat Damnak

スラム Slatoum ⑨①B-4
木造高床式家屋に水車が回っていて目立つ川沿いのレストラン
☎ 010-300-188 📍 King's Road

チャンレイ・ツリー Chanrey Tree ⑨①B-4
古民家を利用したお洒落な店内で伝統的なクメール料理が楽しめる。
☎ 017-799-587 📍 St.Pokambor Ave.

バンテイ・スレイ Banteay Srey ⑨①A-2
正統派のカンボジア料理。報道写真家一瀬泰三が通っていた。
☎ 012-682-832 📍 National Rd.6

ヘヴン Heven ⑨①C-5
自立支援を目的としたレストラン。緑豊かでおしゃれ。
☎ 078-342-404 📍 Chocolate Rd

ポー・クイジーン Por Cuisine ⑨①D-4
アプサラダンスショーが見れるモダンなクメールレストラン。
☎ 093-224-242 📍 No.298, St.22

マホーブ Mahob ⑨①C-1
カンボジアの食材を活かした創作料理。肉料理に定評がある。
☎ 017-376-038 📍 Traing village

マリス Malis ⑨①B-4
高級クメール料理店、お客様が来た時に◎。
☎ 015-814-888 📍 Pokambor Ave.

メン・バーベキュー Meng BBQ ⑨①C-4
\$7.5ドルの食べ放題 BBQ。海鮮もありお腹一杯になる
☎ 093-422-224 📍 Wat Bo Street

モラコット・アンコール Morakot Angkor ⑨①A-1
アプサラダンスショー、クメール格闘技ボクシングショー開催のショーレストラン
☎ 098-776-777 📍 Psar Dam Krolanh Rd.

モロッポ・ルッサイ Mlobb Russei ⑨---
ローカル感満載の焼き鶏の店。西バライ近く。
☎ 012-659-616 📍 Sangkat Teuk Thlal Chre

食べる Chinese Restaurant

📍 中国料理

インベリアルレストラン Imperial Restaurant ⑨①C-1
リージェンシー アンコール ホテル内。広々とした店内で点心を堪能できる。
☎ 063-767-700 📍 Charles De Gaulle

トロピカルアンコール Tropical Angkor Restaurant ⑨①A-1
多国籍の料理が堪能できる大型レストラン。鍋もある。
☎ 012-862-111 📍 Krous Village

食べる Western Restaurant

📍 西洋料理

アバカス Abacus ⑨①A-2
日本人もよく訪れる。本格フレンチが食べられる。
☎ 012-644-286 📍 Abacus Lane

イル・フォルノ Il Forno ⑨②C-3
イタリアンといえばここ!老舗で在住者からも絶大な人気を誇る。
☎ 078-208-174 📍 Street 09

ソカ・リバー・ラウンジ Sokkhak River Lounge ⑨①B-4
リバーサイドのお洒落なフュージョン・フレンチ。
☎ 099-210-776 📍 St.Pokambor Ave.

テル・ステーキハウス Tell Steak House ⑨①C-4
老舗のドイツ&スイス料理店、自家製ソーセージは必食。
☎ 081-722-282 📍 Wat Bo Rd.

フェリーニ Fellini ⑨①B-5
欧米人で賑わうハイセンスな建築空間のイタリアン。
☎ 061-448-899 📍 Bamboo St. Wat Damnak

マンマショップ Mamma Shop ⑨①B-4
カンダールビレッジ内のイタリアン。パスタは自家製。
☎ 088-413-8649 📍 Kandal Village

ピーティーハウス PT House ⑨①B-1
モダンスタイルな店で、イタリアン、西洋料理、そしてクメール料理も楽しめる。
☎ 015-929-999 📍 Street 30

食べる	Other Restaurant	その他
カレーワラ	Curry Walla	📍①B-3
お手頃価格の本格インド料理の老舗店。 ☎ 063-965-451 📍 Sivatha Blvd.		
ダイバク	Dae Bak	📍①A-3
在住者御用達の韓国料理。食べ放題 BBQ 有名。 ☎ 092-355-811 📍 Sivatha Blvd.		
ビバ	Viva	📍②C-3
メキシカン料理。全て外れなし。2号店もある。 ☎ 092-209-154 📍 Taphul Rd.		

食べる	Bar	バー
アサナ・オールドウッドハウス	ASANA old wooden house	📍②B-1
木造住宅を改装したバー。カクテル教室も開催。 ☎ 092-987-801 📍 St.7		
アトランティスメタルバー	Atlantis Metal Bar	📍①A-4
ロック&メタルバー。ライブイベントなどを定期的に開催。 ☎ 096-876-9042 📍 Sok San Rd		
Xバー	X Bar	📍①B-4
セブンイレブンの上にありバブストリートを見下ろせる老舗クラブ ☎ 012-263-271 📍 Steung Thmey Village		
シルク・ガーデン	Silk Garden	📍②B-1
欧米人、カンボジア人で賑わう。自由な雰囲気人気。 ☎ --- 📍 ---		
ハードロックカフェ	HardRockCafe	📍①B-4
世界で展開しているレストラン。オリジナルグッズも販売。 ☎ 095-983-889 📍 Achar Sv St.		
ピカソ	Picasso	📍②A-2
レンガ造りで雰囲気の良いカウンタータバスパー。 ☎ 081-316-042 📍 Alley West		
バー 43	Bar43	📍②A-2
ハイセンスな店内。オリジナルカクテルが美味。 ☎ 077-997-515 📍 Alley West		

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

食べる	Cafe & Bakery	カフェ & ベーカリー
10円お菓子	Okashi	📍①D-5
日本人経営の菓子パン屋さん。10円玉のふっくら焼きパン。 ☎ 060-990-077 📍 Makara St		
カム	KANMU	📍①C-5
日本をモチーフとしたユニークで大人気のコーヒーショップ ☎ --- 📍 Sombai Rd		
クメールタイム	Khmer Time	📍①C-2
アンコールクッキー併設。マンゴカき氷が人気 No.1 ☎ 017-976-660 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
ブラウンコーヒー	Brown Coffee	📍①B-3
天井が高く広々とした空間で落ち着く。プノンペンにもあるチェーン店。 ☎ 098-999-818 📍 National Rd.6		
コト	KOTO	📍①A-4
アンティークなものをたちに囲まれコーヒーを楽しめる。 ☎ 081-872-254 📍 Steung Thmey Village		
ジェラートラボ	Gelato Lab	📍②A-2
カンボジア産の材料を使用したジェラートがお勧め。 ☎ 085-757-590 📍 Alley West St.		
テンプル・コーヒー	Temple Coffee	📍①B-4
川沿いで奇抜な外観が目立つ。屋上はスカイバー。 ☎ 090-999-955 📍 Riverside		
バイヨン・コーヒーショップ	Bayon Coffee Shop	📍①A-3
NGO 運営のバストリクススクール併設のカフェ。小道を入るとある。 ☎ 077-806-229 📍 Taphul Rd.		
バコン	Bakong Restaurant & Cafe	📍①B-4
カジュアルで素敵な絵が飾られている。明るくて落ち着いている。 ☎ 012-333-932 📍 No.001, Sivatha Blvd.		
ピース・カフェ	Peace Cafe	📍①C-2
オープンエアが気持ちいいガーデンカフェ。 ☎ 092-177-127 📍 Riverside		
フレッシュフルーツファクトリー	Fresh Fruit Factory	📍①A-3
ふわふわかき氷とパンケーキを極上フルーツと一緒にどうぞ! ☎ 081-313-616 📍 Taphul Rd.		

レイズカフェ	Rays Mrech Kampot Cafe	📍①A-4
カンボット産胡椒を使ったお洒落カフェ。胡椒の販売もしている。 ☎ 015-384-745 📍 Angkor Night Market St.		
ローリーローリー	Cafe Roly Poly	📍①B-5
緑に囲まれた一軒家。自家焙煎カンボジアコーヒーとティラミスが人気。 ☎ 012-226-300 📍 Concrete Road Wat Damnak		

買う	Boutique & Variety Goods	お土産
アンコール・クッキー	Angkor Cookies	📍①C-2
アンコールワット型のクッキーが有名なお土産物店。 ☎ 012-315-802 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
カンボジア・ティータイム	Cambodia Tea Time	📍①B-1
伝統菓子ノム・トム・ムーンを中心にお土産が揃う。 ☎ 092-671-928 📍 Charles de Gaulle Blvd.		
セントゥール・ダンコール	Senteures d'Angkor	📍②C-3
フランス人オーナー。石けんやオイル、スパイスなど品揃え豊富。 ☎ 063-964-861 📍 Opposit Old Market		
ベリーベリー	Very Berry	📍①B-4
カンボジア各地の良いものを販売。水草バッグ・バヴァナサラはこちら。 ☎ 077-850-602 📍 Psah Chas Alley		
メイドイン カンボジア マーケット	Made in Cambodia Market	📍①B-3
カンボジアメイドのこだわりのお土産が揃う青空市。 ☎ 010-345-643 📍 Oum Khun St.		

買う	Artisan stores, Crafts	伝統工芸、手作り工房
アーティザン・アンコール	Artisans Angkor	📍①A-4
高品質で品揃え豊富。自立支援と伝統工芸伝承の工房見学もできる。 ☎ 063-963-330 📍 Stung Thmey St.		
アンドコー	Andkow & Co	📍①B-4
葉茨を使ったアクセサリー、革製品が多数。手作業でこだわりのもの。 ☎ 010-872-254 📍 Kandal Village		
クメール伝統織物研究所	IKTT	📍①B-5
伝統織物の研究と作品販売をしている。見学可。 ☎ 063-964-437 📍 Viherchen Village, Rd to Lake		
クル・クメール	Kru Khmer	📍②B-3
ハーブを中心に手作りのコスメをプロダクト。スパ・クメールと同経営。 ☎ 017-418-196 📍 Old Market		
サラスー	SALASUSU	📍②B-3
村の女性達で作るイグサを使用した雑貨やサンダルが人気。 ☎ 016 808 712 📍 Old Market		
バヴァナサラ	Pavanasara	📍①B-4
トンレサップ湖のホテイアオイを使ったバッグなど。工房あり。 ☎ 077-850-602 📍 Psah Chas Alley		

買う	Super Market & MALL	スーパー & モール
アンコールマーケット	Angkor Market	📍①A-2
在住者御用達のスーパー。 ☎ 012-222-285 📍 Sivatha Blvd./National 6 Rd.		
グリーンマーケット	Green Market	📍①B-4
様々な国の料理が楽しめるフードコート。 ☎ 066-265-935 📍 Sivatha Blvd.		
セブンイレブン	7-Eleven	📍---
日本でもお馴染みのコンビニ。タイの製品が多い。 ☎ --- 📍 Krong Siem Reap		
ヘリテージウォーク	The Heritage Walk	📍①B-3
カフェやレストラン、ブティックが集まる複合施設。 ☎ 089-577-727 📍 National 6 Rd.		

買う	Others	その他
インターナショナルブック	(IBC) International Book Center	📍①C-3
大型の文具店。2階が本屋になっている。 ☎ 010-385-168 📍 National 6 Rd.		
ユーケア	U care	📍---
観光客も多い中心部にあるドラッグストア。 ☎ 095-888-562 📍 Sivatha Blvd.rket St..		

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

癒す Beauty & Spa/Massage ビューティーサロン & スパ / マッサージ

ザ・センス THE SENSES - blind massage - ①B-4
盲目的セラピストが丁寧に施術。オシャレ空間&リーズナブル。
☎ 017-337-250 ① Central Market St.

スパ・クメール Spa Khmer ①C-5
自然の中のプライベートヴィラで行う上質なスパ。日本語可。
☎ 011-345-039 ① Thmor Meas Rd.

セラピーマッサージ Therapy Massage ①B-4
1時間 \$5程度〜、リーズナブルな町SPA。
☎ 012-732-220 ① Sok San Rd.

ボディア・スパ Bodia Spa ①B-4
アジアと西洋をミックスの本格スパの店舗。
☎ 077-473-951 ① Old Market

ロキシーネイル ROXY NAIL SPA ①B-4
ジェルネイル、まつエクができる。リーズナブルで在住者御用店。
☎ 096-999-9395 ① Central Market St

体験する Experience エクスペリエンス

アンコール・ジップライン Angkor Zipline ① ④
アンコールワット近くの森を抜ける本格ジップライン
☎ 096-999-9100 ① Phnom Mondol3

アンコール・バルーン Angkor Balloon ① ④
気球に乗ってアンコールワットを空から眺められる。
☎ 092-765-386 ① 1km west of Angkor Wat Entrance

クメール・セラミック Khmer Ceramic ①C-1
アンコール時代の製作方法で陶器を焼き上げている。体験あり。
☎ 017-843-014 ① River Road

ハッピーレンチ・ホース・ファーム Happy Rench Horse Farm ①---
シェムリアップ郊外の田舎道で乗馬体験ができる。
☎ 016-920-002 ① Group4,Svay Dangkun

ヨガ・スペース Yoga Space ①A-5
ベイベーエレファントゲストハウスの屋上。欧米人の先生が多い。
☎ 077-769-126 ① Krong Siem Reap

体験する Cinema & Theater 映画 & シアター

メイジャーシネプレックス Major Cineplex ①B-4
シェムリアップ最大の映画館。3Dも対応の大画面。
☎ 081-666-210 ① National Road No. 6.

レジェンド・シネマ Legend Cinemas, Heritage Walk ①B-3
ヘリテージウォークの上の階にある。
☎ 081-300-400 ① Bamboo St.

バンブー・ステージ Bambu Stage ①B-5
伝統芸能の影絵芝居をオリジナル演出で見れる。
☎ 097-726-1110 ① Ring Rd.

ファーカンボジアサーカス Phare, The Cambodian Circus ①---
オリジナルストーリーと躍動感溢れる演技が魅力。
☎ 092-225-320 ①

体験する Amusement アミューズメント

アンコール・アイ Angkor Eye ① ③A
85mの高さを誇る大観覧車。シェムリアップのランドマーク的存在。
☎ 098-261-888 ① Sivatha Blvd.

アンコール・ボタニカル・ガーデン Angkor Botanical Garden ①---
南国の植物園。オシャレカフェもある。
☎ 017-865-656 ① Krong Siem Reap

アンコールワイルドライフ&アクアリウム Angkor Wildlife & Aquarium ①---
メコン川やトンレサップ湖の魚淡水魚の水族館。動物園もある。
☎ 095-882-421 ① Khchas Commune

ウェイクパーク Wake Park Cambodia ①---
人工的なビーチでウェイクボードやお食事が楽しめる。
☎ 081-502-555 ① Krong Siem Reap

体験する Museum & Exhibition ミュージアム & 展示

アンコール国立博物館 Angkor National Museum ①B-2
アンコール遺跡の彫刻等を展示、国内最大級の博物館。
☎ 063-966-601 ① Charles de Gaulle Blvd.

アキ・ラー地雷博物館 Akira Landmine Museum ①---
少年兵だったアキラさんが撤去した地雷が並べられている。
☎ 012-971-198 ① Phumi Khna

地雷撤去平和博物館 The Peace Musum of Mine Action(CMAC) ①---
市内から40分程にあるCMAC運営の地雷博物館。
☎ 097-4944-194 ① Anlong2Village, Tropeang Thom
戦争博物館 War Museum ① ③A
内戦時の戦車や爆弾・銃を展示する屋外ミュージアム。
☎ 097-457-8666 ① Sra Nge Commune
プラー・ノロダム・シアヌークアンコア・ミュージアム Preah Norodom Sihanouk-Angkor Museum ① ④
「AEON」が寄贈した博物館。千体仏は必見。
☎ 063-763-575 ① Krong Siem Reap

体験する Golf&Sport ゴルフ & スポーツ

アンコールゴルフリゾート Angkor Golf Resort ① ④
市内から車で10分の好立地。コースは18ホール。
☎ 063-218-288 ① Kasekam Village

ポキットラー・カントリークラブ Pokheethra Country Club ① ④
ソフィテルの運営するラグジュアリーゴルフコース。
☎ 063-964-600 ① Puok District, National Rd.6

アンコールフィットネス Angkor Fitness ①B-4
町の中心地にあり広くしゃかりしている。プログラムも多い。
☎ 092-317-330 ① Watbo Bridge

ゴールドフィットネス Gold Fitness ①A-2
のびのびした施設。サウナとプールあり。
☎ 017-959-697 ① Psar Dam Krolanh Rd.

体験する Travel&Transfer 旅行・交通

クロマーツアーズ Kroma Tours ①B-4
日系旅行会社。ツアーやバスチケット、ビザ、幅広く取り扱う。
☎ 012-890-960 ① Kandal Village

泊まる Superior Hotel スーペリアホテル

アンコール・パラダイス Angkor paradise Hotel ①A-2
国道沿いにある大型ホテル。町へのアクセス良し。
☎ 078-760-690 ① National 6 Rd

エンプレス・アンコール Empress Angkor Hotel ① ③A
伝統的なクメール様式のホテル。高級感のある老舗ホテル。
☎ 063-963-999 ① National 6 Rd

ケマラ・アンコール Khemara Angkor Hotel ① ③B
国道沿いにありフロアと家具は全て木を使用していて高級感あり。
☎ 063-760-666 ① National 6 Rd

ザ・ピースハウス The Peace House ①---
旧空港近くの緑豊かで解放感溢れるホテル&レストラン
☎ 069-777-767 ① Krong SiemReap

シティアンコールホテル City angkor hotel ① ③A
国道沿いの老舗大型ホテル。会議などでもよくつかわれる。
☎ 063-760-336 ① National 6 Rd

ストウンシェムリアップ Steung Siemreap Hotel ①B-4
オールドマーケットのすぐそばのハイセンスな老舗ホテル。
☎ 012-249-249 ① Street 09

ソマデヴィブティック Somadevi Boutique ① ③B-3
シンプルで高級感のあるモダンデザインのホテル。
☎ 063-962-666 ① Oknha Oum-Chhay St.

タラ・アンコール Tara Angkor Hotel ①C-2
エレガントで落ち着いた雰囲気の人気ホテル。
☎ 063-966-661 ① Charles de Gaulle Blvd.

チーサタCTSホテル Cheatatha cts angkor hotel ① ④A
ナイトマーケット近くにあり賑やかな立地にある。
☎ 063-966-565 ① Angkor Night Market St

パシフィック Pacific Hotel ① ③A
旧空港近くの大型ホテル。館内が広々としている。
☎ 063-761-818 ① National Rd.6

ハリレジデンス&スパ HARI Residence & Spa ① ③B-5
BBU通りにある。屋上にプールあり。
☎ 077-761-990 ① BBU Rd.

ホームウッドホテル Homewood Hotel ①C-4
ワットボー近く、オールドマーケットまで徒歩圏内のリーズナブルな宿。
☎ 096-258-6888 ① Street 27, Wat Bo Road

BBアンコールグリーンリゾート BB Angkor Green Resort ①---
町から離れていて静か。広いバンガロータイプでキッチン付。
☎ 069-803-918 ① Borei Seng Nam II

広告のお問い合わせは info@krorma.com まで!

泊まる	Standard Hotel	スタンダードホテル
アンコールホリデーホテル	Angkor holiday Hotel	📍📞①B-3
国道とシヴォタに面していてどこへ行くにも便利。 ☎017-626-298 🏠 Sivatha Blvd.		
コーブレイ ホテル	Kouprey Hotel	📍📞③B
国道から小道に入っすぐ。静かな環境で設備が整っている。 ☎095-522-269 🏠 Top Town Rd.		
タ・プローム	Ta Prohm Hotel and Spa	📍📞①B-4
創業 30 年の老舗ホテル。客室は広く設備も充実している。 ☎016/17-760-087 🏠 Pokambor Ave.		

泊まる	Delux Hotel	デラックスホテル
アヴィアリー	The Aviary Hotel	📍📞①B-4
客室の鳥のイラストが可愛いデザインホテル。 ☎063-767-876 🏠 Preah Sangreach Tep Vong St.		
アンコール ミラクル リゾート & スパ	Angkor Miracle Resort & Spa	📍📞③A
ホテルやロビーがアースカラーでまとまっているリゾートホテル。 ☎063-969-900 🏠 National Rd.6		
エフシーシー アンコール	FCC Angkor	📍📞①B-3
全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。 ☎063-760-280 🏠 National Rd.6		
シントamani・アンコール	Shinta Mani Angkor, Shack	📍📞①B-3
著名リゾートデザイナーの手掛けるリゾートホテル。 ☎063-964-123 🏠 Oum Khun and 14th St.		
ソカシエムリアップリット&コンベンションセンター	Sokha Siem Reap & Convention Center	📍📞①D-1
3 つの宿泊棟を持つ大規模な 5 つ星ホテル。 ☎096-616-1789 🏠 Road 60 Krong		
ソマデヴィ アンコール	Somadevi Angkor	📍📞①B-3
立地良い老舗大型ホテルで信用がある。 ☎056-396-7666 🏠 Sivatha Blvd.		
プリンセス・アンコール	Prince Angkor Hotel & Spa	📍📞①B-3
シヴァタ通り沿いで便利な立地のデラックスホテル。 ☎063-763-888 🏠 Sivatha Blvd.		
レジェンシー アンコール ホテル	Regency Angkor Hotel	📍📞①C-1
アンコール・ワットへ行く通り沿いの大型ホテル。 ☎063-767-700 🏠 Charles de Gaulle Blvd.		
ジェイセブンホテル	J7 Hotel	📍📞①B-3
王宮すぐ横のお洒落なホテル。どこに行くにも便利。 ☎063-768-777 🏠 Road 6, Next to Royal Residence		

泊まる	Luxury Hotel	ラグジュアリーホテル
アナンタラ・アンコール	Anantara Angkor	📍📞③A
全室スイートルーム。非日常の贅沢な空間を堪能できる。 ☎063-966-788 🏠 National Rd.6		
アマンサラ・リゾート	Amansara Resort	📍📞①C-2
王族の邸宅を改装、アマングループの最高級リゾート。 ☎063-760-333 🏠 Charles de Gaulle Blvd.		
アンコール・パレス	Angkor Palace Resort & Spa	📍📞③A
南国の雰囲気漂う滞り型のリゾートホテル。 ☎063-760-511 🏠 555 Kruos		
ジャヤハウスリバー パーク	Jaya House River Park	📍📞①C-2
全てにおいてサービスが行き届いている川沿い 5 つ星ホテル ☎063-962-555 🏠 Riverside		
ソカ・アンコール	Sokha Angkor Resort & Spa	📍📞①B-3
市内中心に近いエレガントな雰囲気の高級リゾート。 ☎063-969-999 🏠 National Rd.6		
ソカ・パレス	Sokha Palace Siem Reap	📍📞①D-1
昨年ソカシエムリアップ内にオープンした4ツ星ホテル。 ☎096-616-1789 🏠 Road No.60		
ソフィテル・アンコール	Softel Angkor Phokeethra Golf & Spa	📍📞①B-1
優雅な庭園と充実した館内施設の高級リゾート。 ☎063-964-600 🏠 Charles de Gaulle Blvd.		
ツリーライン・アーバンリゾート	Treeline urban Resort	📍📞①C-4
モダンで緑溢れるアーティスティックなホテル。 ☎063-961-234 🏠 Achasva St. Wat Bo Village		
テンプレーション	Templation	📍📞①C-1
全室ヴィラタイプのラグジュアリーブティック。 ☎012-233-350 🏠 Rte du petit pont.		
パークハイアット	Park Hyatt Siem Reap	📍📞①B-4
中心部にあるモダンでシックな雰囲気の5ツ星ホテル。 ☎063-211-234 🏠 Sivatha Blvd.		
プームバイタン	Phum Baitang	📍📞---
カンボジアの農村を再現した高級デザインリゾート。 ☎063-961-111 🏠 Neelka Way Sangkat		

ザ ベイジ	The Beige	📍📞---
高いデザイン性と斬新なコンセプトのテントリゾート。 ☎099-297-298 🏠 Svay Chek Village		
ベリータ	Vellita Siem reap	📍📞---
大型リゾートホテル。モダンでサービス食事など全てにおいて上級。 ☎099-234-523 🏠 Sala Kamreuk Rd		
ヘリテイジ・スイーツ	Heritage Suites Hotel	📍📞①C-2
アールデコ様式のシックな館内に全室スイートの客室。 ☎011-969-100 🏠 Heritage road		
ベルモンド・ラ・レジデンス	Belmond La Résidence d'Angkor	📍📞①C-3
モダンアートと伝統建築が融合した贅沢なリゾート。 ☎063-963-390 🏠 River Rd		
ボレイ・アンコール	Borei Angkor Resort & Spa	📍📞①D-3
木をふんだんに使用した高級感溢れるホテル。 ☎015-430-222 🏠 National Rd.6		
ラッフルズ・グランド	Raffles Grand Hotel d'Angkor	📍📞①B-3
市内で最も歴史ある高級ホテル。格が高い。 ☎063-963-888 🏠 No.1, Charles de Gaulle Blvd.		
ワカヴィラ	Waka Villa	📍📞①D-5
高級ヴィラ。部屋ごとにブル付きの邸宅になっている。 ☎099-234-523 🏠 Sala Kamreuk Rd		

泊まる	Boutique Hotel	ブティックホテル
アンコールタイガーリゾート	Angkor Tiger Resort	📍📞①A-2
サッカーチーム、アンコールタイガーが運営するホテル。 ☎097-964-6279 🏠 Platinum Rd, Krong Siem Reap		
デン	DEN	📍📞①A-3
部屋が広くて雰囲気が良い。バーが併設している。 ☎092-530-143 🏠 Taphul St.		
プティアクマエ	Pteas Kumae	📍📞①A-4
清潔感がある部屋。バナナペーパー Ashi 商品が購入できる。 ☎096-876-2010 🏠 West of Night Market Rd.		

泊まる	Economy Hotel, Guesthouse	エコノミーホテル、ゲストハウス
イキイキ	Iki Iki	📍📞①A-2
ドミトリの他個室もある。日本語可。エアコンも有。 ☎012-614-678 🏠 Salakonseang Village		
クリ・アンコール・イン	Kry Angkor Inn	📍📞③B
6号に面している。広くてリーズナブル。 ☎011-586-269 🏠 National Rd.6		
グリーンパークビレッジ	Green Park Village	📍📞---
町から少し離れている。大きなローカル市場の近く。居心地が良い。 ☎099-622-662 🏠 Dapo Village Slorkram Commune, NR6		
ご縁	SAUNA&HOSTEL Goen	📍📞①A-4
サウナ、キッチン付き。長期滞在者が多い。 ☎015-662-425 🏠 Angkor Night Market St		
ブランク	BLANK	📍📞①A-5
バックパッカーが集まる。お得ツアーや飲み会あり。 ☎012 893 001 🏠 Angkor Night Market St		
ワンダース	Onedertz	📍📞①A-4
ドミトリの他個室もある。日本語可。エアコンも有。 ☎097-211-7100 🏠 Salakonseang Village		

暮らす	Real Estate/Construction	不動産 / 建築
アンコールリビングホーム	Angkor Leasing Home	📍📞①A-3
日系不動産仲介業者。日本語 OK。 ☎095-720-546 🏠 Terrazas Rd.		
マサキアーキテクト	MASAKI ARCHITECT	📍📞①A-3
日本人オーナーの建築会社。丁寧な施工で安心。 ☎012-229-281 🏠 Brolay Rd.		

旅行会社で旅を学ぼう!

手配、企画、営業、出版など

インターンシップ生募集中

1カ月～可。3カ月以上は生活支援金有
シエムリアップス/スノンペン勤務

017-777110 / info@seishiron.comまで



Kroma Tours
シエムリアップス

広告掲載のメリット

■ シェムリアップの在住者や旅行者に対し、広告主様の情報をわかりやすく掲載いたします。またカンボジア商工会様や企業様への定期配布、カンボジア関連イベントでの配布も行ってあり、シェムリアップはもとより、カンボジア進出に興味のある方に直接リーチできるメディアとなります。

■ 各Web検索エンジンのカンボジア関連ワード検索で、上位にヒットする弊社HP上で、広告主様のタイアップ記事を執筆・掲載いたします。広告主様の自社媒体の枠を超えて、メディアの視点からの情報配信が可能です。

媒体資料 / Media Information

言語：日本語
 Written by Japanese

発行月：年 4 回発行
 Every 3 months, 4 times a year

判型：B5版中綴じ
 B5 Size, Saddle stitch

頁数：28～36ページ
 28-36 pages

発行部数：3,000部 及びPDF Web配信
 Circulation 3,000copies & PDF Web Distribution

創刊：2006年（2016年7月、2022年一時休刊）
 First issued in 2006 Oct

広告料金表 AD Rates

掲載面 Publishing Size	広告料 -1号当たり Advertising Rate/ Tissue	寸法 (mm) Artwork Size
バックカバー Back Cover	600 US\$	W 182 x H 257
表紙裏 Inside Cover Left Page	480 US\$	W 182 x H 257
バックカバー裏 Inside Back Cover Right Page	480 US\$	W 182 x H 257
記事広告 Full Page Special	650 US\$	W 163 x H 236
1ページ（純広告） Full Page Standard	400 US\$	W 163 x H 236
1/2ページ Half Page	230 US\$	W 163 x H 116
1/4ページ(タテ・ヨコ) 1/4 Page	150 US\$	縦 W 80 x H 116 横 W 163 x H 56
1/8ページ 1/8 page	100 US\$	W 80 x H 56

*表記価格にはVATの10%が含まれておりません。
 The listed price not include 10% of VAT.

*表記価格は定価となります。また、契約期間は半年ごとになります。
 This price is listed price. The term of contract is every six months.

*上記料金には広告製作費や翻訳料は含まれません。
 The above fee excludes design fee and translation fee.

*広告掲載の新規お申込み締め切りは、掲載号発行日の前月1日となります。
 The deadline for advertisement posting applications will be the first month before the issue month.

配布場所：

シェムリアップ市内の飲食店様ならびにシェムリアップの日系企業様への直接配布、カンボジア日本大使館・在シェムリアップ日本国領事事務所、旅行会社、ショップ及びホテル、カンボジア国内外の関連イベント会場での配布、一部ブノンベン日系企業様への配布等。
 別途、PDF版ダウンロード、Web、SNS等で配信。



PDF版はこちら

2024年4月発行

発行：Krorma Tours Co., Ltd.

制作：クロマーマガジン編集部

✉ info@krorma.com
 🌐 https://krorma.com/
 📘 krorma
 📧 @Krorma_magazine
 📍 cambodia_krorma



発行人：西村清志郎

制作：桑原沙織

© 2023 Krorma Magazine / Printed in Cambodia / All right reserved

本誌掲載の地図・写真・文等の無断転写・複製を禁じます。
 本書の複製・複写は法律で認められる場合の覗き、著作権の侵害となります。

If you are not the named recipient you are hereby notified that any disclosure, copying, distribution or taking of this information for any use whatsoever is strictly prohibited.

雑誌コンセプト

この雑誌は、この街、この国に住む人たちに、それぞれのビジネス、日常生活で得た経験、知識をカジュアルテイストでご寄稿いただいております。皆様に現在のカンボジアを知っていただき、ここでの滞在をより深く、そして一歩踏み込んだ旅を満喫頂ける幸いです。

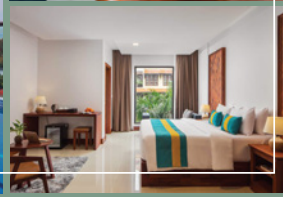
小さなコミュニティの1メディアとして皆様の生活、そして旅中の小さな思い出となれるように緩く長く創って行ければと考えています。

広告掲載のお問い合わせはこちらまでお願いいたします。





エレガントでリラックスした滞在を
最高のロケーションでご提供。
遺跡探索の後は、静かで安全な宿、
プールにてお過ごしください。



HOMWOOD HOTEL

AD: St.#27, Wat Bo Village,
Salakamreuk Commune,
Siem Reap, Cambodia.
TEL: +855 (0) 78 586 888
Web: homewood-hotel.com

Khemara Angkor Hotel

ケマラ・アンコール ホテル

客室のフローアと家具は全て木を使用
クラシックでトラディショナルな
クメールスタイルの4つ星ホテルです
街の中心部からすぐ近く
大きなプール、スパ、レストラン
あなたの充実したご滞在をお約束します



Classic & Traditional Hotel with all wooden furnished rooms.

Rd. 6, Siem Reap, Cambodia Tel: (855) 63- 760 666 URL: www.khemaraangkor.com



国内最高峰のホテル&リゾートで
真のカンボジアを体験

+855 16 61 61 48
www.sokhahotels.com.kh

SOKHA ANGKOR RESORT
SIEM REAP | +855 63 969 999



SOKHA SIEM REAP RESORT
SIEM REAP | +855 63 961 999



SOKHA
HOTELS & RESORTS



សណ្ឋាគារ អេមប្រាស៊ីសអង្គរ រីសត និងស្ប៉ា

Empressangkor Resort & Spa

伝統的なクメールスタイルホテルで
南国のリゾートステイ&スパをお楽しみください。



No.888, National Road 6, Siem Reap City, Kingdom of Cambodia



+855 63 963 999

Smart +855 15 512 888

Metfone +855 68 512 888



reservation@empressangkor.com



www.empressangkor.com



www.facebook.com/empressangkor



▶旅と出版インターンシップ生も募集中!

現地発ツアーもビジネス視察も
クロマーツアーズへ!
日本人スタッフ駐在なので安心!

大人気観光一覽

シェムリアップ

- 料金は2名様から催行の1名様料金
- 乗り合いガイド付ツアー●各施設入場券別
- GW、お盆、年末年始は料金UPすることがあります。

大人気

62\$

アヅコロートム
タブROOM
クメール料理
アンコールワット/夕日

定番!アンコール1日コース

大人気

55\$

ラビユタを彷彿!
魔窟寺院

人気森遺跡!半日ベンメリア

お薦め!

45\$

クルーズして
夕日鑑賞

半日!トンレサップ湖&夕日

大人気

145\$

死ぬまでに見たい
絶景にある天空寺院

第2の世界遺産!プレアヴィヒア

106\$

アンコールワット
朝日、パイロン
タブROOM、ベンメリア

1日メガ盛り!アンコールとベンメリア

115\$

ベンメリア
コーケー遺跡群

第4の世界遺産!コーケー遺跡

120\$

ベンメリア
クメールシアター
プンクレーン
ペンティアスレイ

4つの人気遺跡廻り

179\$

ベンメリア
コーケー遺跡
プレアヴィヒア

世界遺産2つとベンメリア

60\$
180\$~100\$

カンボジアでゴルフ

30分 25\$
1時間 38\$
2時間 68\$

セグウェイで市内観光

C席 18\$
B席 28\$
A席 38\$

カンボジアサーカス

22\$

ダイナー
プアップショー

無形文化遺産アプサラダンス

【空港送迎+観光】 [半日] ロリュオス+空港送迎 55\$
[半日] アクアリウム+CMAC+空港送迎 65\$
[半日] コンボクリアン+空港送迎 80\$
[5時間] ベンメリア+空港送迎 80\$
[1日] ベンメリア+コーケー遺跡+空港送迎 140\$

【車レンタル・ガイド手配】

シェムリアップ市内	半日	30\$	35\$	110\$	30\$
シェムリアップ市内	1日	50\$	55\$	160\$	60\$
空港送迎	片道	55\$	65\$	75\$	30\$

【遠距離追加】 朝日/トンレサップ湖/バンテアイスレイ +15\$、ベンメリア/プンクレーン +50\$
コーケー&ベンメリア +130\$、プレアヴィヒア/プノンペン +200\$等。その他の観光地はお問合せ下さい。

プノンペン

- 車1台当たりの料金。セダンは4人、バンは8人乗車可
- ガイドが必要な場合は別途追加 ●各施設入場券別
- カンボジア連休時、20時以降の利用は料金UPすることがあります。

大人気

55\$
65\$
70\$

王宮
ツルバーバゴダ
ワットプン
国立博物館

人気!市内半日観光ツアー

大人気

70\$
85\$
70\$

カンボジアの
食の歴史を知る
半日ツアー

キリングフィールドとS21博物館

お薦め!

120\$
130\$
120\$

17-19世紀の王都
5時間ツアー

古都ウドンと現代寺院散策

お薦め!

70\$
85\$
120\$

家族旅行にもピッタリ
ワットク動物ショー
半日ツアー

楽しさいっぱい!プノンペンサファリ

170\$
190\$
120\$

カンボジアの
映えスポット

プレアプットバゴダとクメール遺跡

お薦め!

180\$
190\$
120\$

長閑な村落と
プレアンコール寺院

第3の世界遺産!サンボレークック

船のみ 15\$
船+車 23\$
船+車+ガソリン 33\$

メコン河・リパークルーズ

180\$
200\$
120\$

ベトナム国境バットビザラン

180\$~95\$

カンボジアでゴルフ

【車レンタル・ガイド手配】

プノンペン市内	半日	55\$	90\$	70\$
プノンペン市内	1日	80\$	120\$	100/115\$
空港送迎		30\$	40\$	45/55\$

運転手付き車レンタル

1か月 70\$
3か月 100\$
6か月 180\$
1年 ???\$

ビザ延長・他国ビザ手配

???

労働許可証申請

75\$

銀行・証券口座開設

訪日旅行・ビザ申請

JRバス **バス・航空券手配** **短期~長期** **運転手付車両レンタル**



日本語で簡単予約!!

[+855]12-890960 / 15-890960

krormatours 012-890960



日本語で簡単予約!!

[+855]99-890960 / 81-890960

krormatourspp 099-890960

ビジネス視察、取材、コーディネートなど実績多数!!

観光省認可 248/10

<https://cambodia.sketch-travel.com/>
Mail: cambodia@sketch-travel.com

ホテル/VIP・一般車両/ガイド・通訳/レストラン/バス/航空券
視察ツアー/ビザ更新&手配/MICE/取材/撮影手配・同行
アポ代行/スタディツアー/訪日ツアーなど各種手配も承り中!

総合旅行業務取扱管理者・ロングステイアドバイザー在籍 インバウンドカテゴリアワード/グッドホスピタリティアワード受賞 by カンボジア観光省